

metro Pop
Issue 420

本土音樂

葛延時

- 浪遊草地聽故事
- 賞楓紅葉遊
- 抗病毒健康專輯





S410

- 搭載Windows 8.1作業系統
- 輕巧便攜
- Dobly® Advance Audio™ V2音效

14"

S410 59-427142
~~原價$4,598~~
開學價$3,998

YOUR BOOK OF DO.

U330P

- 搭載Windows 8.1作業系統
- 極輕極薄 流動隨身
- 電池續航力長達10小時

13.3"

U330P 59-429592
~~原價$6,798~~
開學價$5,998

全方位娛樂體驗

Z50-70

- 搭載Windows 8.1作業系統
- NVIDIA® 4GB顯示屏幕，打機首選
- FHD顯示器，畫面影像細緻



Z50-70 core i5	Z50-70 core i7
59-432422	59-432423
~~原價$7,898~~	~~原價$8,898~~
開學價$7,598	開學價$8,698



Lenovo全球No.1個人電腦生產商#



LenovoClub.com.hk

Lenovo HK

lenovo.com/hk

Work easy. Play hard. Windows


AEON 銀聯信用卡
30最快分鐘卡就到手
親臨到AEON分行辦理出卡手續
會員の招募日
成功申請即享HK$200 AEON購物券
HK$30
HK$30
HK$40
HK$100
新會員賞您
10%
回贈優惠
額外獎賞
新貸款客戶成功申請AEON私人貸款計劃，每滿HK$10,000，可獲HK$100回贈！
推廣期內，成功申請AEON銀聯信用卡[1]即可獲贈總值HK$200 AEON購物券1張[2]，並於發卡後2個月內累積購物簽賬滿HK$3,000，其後之購物簽賬金額更可享高達10%回贈優惠[3]。
推廣期：2014年9月5日(五)▶9月7日(日)
詳情、條款及細則請瀏覽
www.aeon.com.hk
所有圖片只供參考
0914-SH-MK09-24
1 AEON銀聯信用卡泛指由AEON信貸財務(亞洲)有限公司(「本公司」)及永旺(香港)百貨有限公司共同推出之聯營信用卡。
2. 每位客戶於推廣期內最多可獲價總值HK$200 AEON購物券乙張。須受有關條款約束，詳情請參閱購物券之使用條款及細則。
3 新客戶成功申請AEON銀聯信用卡並於發卡後2個月之消費期內憑卡累積購物簽賬/信用卡購物分期(「購物簽賬」)滿HK$3,000，其後之購物簽賬更可享10%回贈優惠。每個信用卡賬戶於消費期內最多可獲HK$300回贈。根據會員之信用卡簽賬紀錄，回贈金額將於2015年3月2日或之前誌入相關信用卡賬戶內。新發卡客戶之定義為透過銀聯特快出卡服務成功申請及過去從未持有任何有效之AEON卡賬戶之申請人。
有關最新的AEON分行資料，可於AEON網站(www aeon.com hk)查閱。
此推廣活動須受有關條款約束。
由AEON信貸財務(亞洲)有限公司刊發
Pnnted by AEON Credit Service (Asia) Co., Ltd.
AEON CREDIT SERVICE
ÆON

PopCorn
中秋慈善露天潮市集





超過60個本地手作達人齊集PopCorn 展示精緻手藝

日期：2014年9月6日至7日 (星期六至日)　時間：上午11時至下午6時30分
地點：PopCorn 一樓演薈廣場 (戶外)

慈善手藝工作坊

親手製作愛心禮品
以潮物成就溫暖中秋

日期：2014年9月6日至7日 (星期六及日)
時間：下午2時45分至6時(每節約45分鐘)
地點：PopCorn一樓大舞台

每節名額：約15名 (先到先得，額滿即止。)
報名地點：PopCorn一期顧客服務中心 (請先捐款以便留位)
參加方法：只須捐款HK$20/HK$30或以上即可參與其中一節
捐款將全數撥捐救世軍作慈善用途。



工作坊時間表

日期　9月6日(星期六)

時間	工作坊名稱	手作工房	捐款
2:45 - 3:30pm	[illegible]	Ashaya & The One	HK$30
3:35 - 4:20pm	[illegible]	Eyewearplus	HK$20
4:25 - 5:10pm	[illegible]	Reborn Story	HK$20
5:15 - 6:00pm	[illegible]	Fading Mist Handmade Leather	HK$30

日期　9月7日(星期日)

時間	工作坊名稱	手作工房	捐款
2:45 - 3:30pm	[illegible]	DYY Homespun	HK$30
3:35 - 4:20pm	天然押花書簽	山畫花苑	HK$20
4:25 - 5:10pm	[illegible]	Spark	HK$20
5:15 - 6:00pm	[illegible]	J Miniature	HK$30



PopCorn@TKO
www.popcorntko.com.hk

塔利斯學者(英國) 總監：彼德・菲利普斯

The Tallis Scholars (UK)

「文藝復興聲樂的搖滾巨星……」《紐約時報》

8.10.2014
星期三 | 晚上八時
香港大會堂音樂廳
$320, $220, $120



羅美路結他四重奏

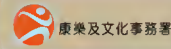
LOS ROMEROS GUITAR QUARTET

12.10.2014
星期日 | 晚上八時

香港文化中心音樂廳
$450, $350, $250, $150

「結合在一起時，他們就是現今世界唯一有實力的古典結他四重奏樂隊；這種音樂形式差不多可以說是他們發明出來的。」《紐約時報》





門票現於城市售票網發售
有關節目及購票優惠詳情，請參閱個別節目單張或瀏覽康文署文化節目組網頁
節目查詢：2268 7321 www.lcsd.gov.hk/cp 票務查詢：3761 6661 信用卡電話購票：2111 5999 網上購票：www.urbtix.hk





一屋寶貝音樂廳

The Passage Beyond in concert

2.10.2014
星期四 8pm

3.10.2014
星期五 8pm

4.10.2014
星期六 3pm & 8pm

5.10.2014
星期日 3pm & 8pm

香港大會堂音樂廳
$480 $380 $280 $180

粵語演出

香港本土最感動音樂劇
首度打進香港音樂廳

「親切有趣，有笑有淚，
曲詞出色，別具特色靈氣之作。」
石琪



《一屋寶貝》超強製作班底

作曲/音樂總監
高世章

作詞
岑偉宗

改編/導演
彭鎮南

編曲
盧宜均

主演
朱栢謙
(香港小交響樂團駐團藝術家)
溫卓妍
張國穎
鄭君熾
李安琪

香港小交響樂團現場演繹

音樂總監/指揮
葉詠詩

門票：城市售票網
2111 5999 I www.URBTIX.hk
節目查詢： 2836 3336

香港小交響樂團保留更改節目及表演者之權利
香港小交響樂團由香港特別行政區政府資助
香港小交響樂團為香港大會堂場地伙伴

十月二及三日演出贊助





演戲家族為藝發局資助團體







iCloud 明星裸照外泄級別：
黑雨

Contents

issue 420
04.09.2014





Publisher
Metro Pop Limited
九龍觀塘鴻圖道 51 號保華企業中心 18 樓
Tel 3667 4800 Fax 3667 4866
www.metrohk.com.hk

Advertising Hotline
Tel 3667 4802 Fax 3667 4866
info.metropop@metrohk.com.hk

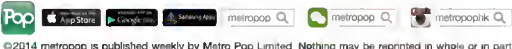
Marketing Hotline
Tel 3196 1636 Fax 2107 4033
marketing@metrohk.com.hk

Printing
凸版印刷(香港)有限公司
香港新界元朗工業邨福宏街一號凸版印刷中心

www.metropop.com.hk facebook.com/metropophk weibo.com/metropop





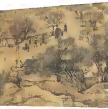




Acer 推薦使用 Windows。



Aspire Switch 10 (SW5-012)
Intel® Atom™ Z3735F processor



Aspire V 13 (V3-371)
Intel® Core™ i5 processor

開學喇!

文化禮遇 打孖送上

開學喇！ 今個暑假去左哪裡遊歷呢？ Acer 在深圳寶安新機場為您準備一個貫穿古今的文化之旅，以現今科技展現古代文化珍寶 – 清明上河圖，同時展出台灣風物圖，融匯兩岸文化。

由2014年8月22日至9月30日，凡購買 VN 7, S 7, S 3, AZ 3615, V 13, V 5 系列，**即可獲贈深圳聯展門票兩張**（價值：$150），**再加送簡約 Tablet Clutch** 乙個（價值：$278）；購買 Switch 10, E 5, E 1, AXC 115, AXC 605, VX 2630 G 系列，均可獲贈深圳聯展門票兩張，趁住開學前，體驗非一般文化之旅！



「宏碁文化融兩岸、科技藝術賞古今」聯展
日期：2014 年8月25日至2015年3月15日
地點：深圳寶安新機場GTC交通樞紐中心2、3樓
時間：9:00 – 21:00



簡約 Tablet Clutch



查詢：Acer Computer (Far East) Limited 電話：2821 0200 網頁：www.acer.com.hk

Acer Hong Kong

TEXT · TIFFANY PHOTO · TEDD DESIGN · ALICE @POP (廣告)



過了立秋，陣陣微風跟肌膚招手，酷暑靜悄悄地離開，暮夏與初秋之間，肌膚與仲夏陽光經過連串熱情狂歡後顯得乾燥、脆弱，出現多項常見的問題，此時是肌膚喘息的關鍵時刻，為入秋作好準備，SOFINA beauté 多款產品切合轉季時的需要，有助肌膚回復穩定狀態。

SOFINA beauté
朝の美白乳液
SPF30 PA++++
しっとり

SOFINA beauté
夜の美白濃密乳液
しっとり

SOFINA beauté
美白化粧水
しっとり

Q 明明感到皮膚繃緊乾燥，可是為何塗抹護膚品後，肌膚沒有好好吸收？

A 隨著夏季紫外線和汗水的影響、底層肌膚變得乾燥及粗糙、加上肌膚一時未能適應初秋的天氣轉變，導致護膚品難以一一滲透，使用可軟化肌膚角質層的護膚品，便可使美容成分更快更深入滲透到肌膚每一個細胞。SOFINA beauté 美白活膚精華露透過獨有的誘導滲透科技，柔軟因乾燥而變得粗糙的肌膚、擴大角質層內的「輸送管道」，將精華成分更全面地滲入肌膚底層，肌膚瞬間水潤飽滿。早晚使用，使隨後使用的乳液更吸收，提升護膚效果。



SOFINA beauté
美白活膚精華露
$280 140ml

SOFINA beauté
美白活膚精華防曬乳液
SPF 30 PA++++
$320 32g

Q 為甚麼早上上妝時經常出現粉底不貼服的情況，到中午更有脫妝問題？

A 由於夏日的溫差大，肌膚長時間累積疲勞，變得非常乾燥及粗糙，初秋的空氣濕度亦漸漸下降，導致肌膚難以上妝。此時，不妨使用具高度滋潤及防護功效的日霜、上妝時自然更貼服。SOFINA beauté 美白活膚精華防曬乳液 SPF 30 PA++++ 呈奶油狀的防曬日霜，已兼具美白、防曬、抗老化、保濕、化妝底霜功能、蘊含高濃度抗老化滋潤成分，早上塗抹化妝水後使用、能為肌膚補充及鎖住滋潤成分，使妝容更貼服持久。

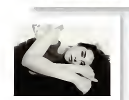
Q 一到轉季天氣，肌膚就會敏感，可以怎樣預防？

A 轉季驟變的天氣使肌膚防禦力下降，容易受到刺激、出現敏感問題。晚上可以乳液補充細胞間脂質，強化細胞內的「抵禦細胞間脂質」，修復肌膚防禦系統，保護肌膚迎接轉季的傷害。SOFINA beauté 美白活膚精華乳液採用獨有的「持續型細胞間脂質配方」，可令細胞間脂質持續大量地滲透至肌膚深層，更高濃度配合抗老化滋潤成分，修復及重建肌膚防禦系統。雙重保濕成分 —「細胞間脂質 S」及「細胞間脂質護理成分」將水分牢牢鎖於角質層，每朝一覺醒來，肌膚變得亮澤細緻。



SOFINA beauté
美白活膚精華乳液
$350 40g











1

PHOTOGRAPHY

《Visionaire of Senses 超然。感官》
李志超回顧展

知名傳媒人兼攝影師李志超罹患世間罕有的腹膜癌，縱然經歷多次的手術失敗，他未有放棄，並不能讓生命留白，所以他將舉辦一場敢性破格的三十年回顧展，以一幅幅的攝影作品訴說人生，追憶歲月。

日期：9 月 6 至 30 日
時間：12:00 – 19:00
地點：九龍塘達康路 18 號邵逸夫創意媒體中心三樓
查詢：3583 3312 / info@etpromotions.com

2

PHOTOGRAPHY

Elliott Erwitt "Best in Show" 攝影展

全港首間攝影博物館 F11 開幕，以美國傳奇攝影師 Elliott Erwitt 攝影展 "Best in Show" 作開幕展覽。Elliott Erwit 被譽為「全世界最具影響力的生活攝影師」，作品紀錄不少珍貴歷史時刻，包括前美國總統尼克遜與前蘇聯領導人赫魯曉夫在莫斯科 1959 年會面的一刻，前美國總統甘迺迪夫人於丈夫喪禮上悲痛欲絕的神情，一代傳奇女星瑪麗蓮夢露與 Clark Gable 合作最後一套電影《亂點鴛鴦譜》的情景等。F11 攝影博物館亦同時在博物館二樓舉辦「Leica M3 – 60 周年」相機展覽。



Elliott Erwitt "Best in Show" 攝影展
日期：9 月 18 日至 11 月 13 日（敬請預約）
查詢：6516 1122 / booking@f11.com
網頁：www.f11.com

Elliott Erwitt "Regarding Women" 攝影集簽名會
日期：9 月 20 日
時間：11:00 – 13:00
地點：跑馬地毓秀街 11 號 F11 攝影博物館

3



MOVIE

《小愛心・大奇蹟》電影放映會

來到開學的 9 月，國際電影頻道 MOVIE MOVIE（now tv，ch 132）帶來電影主題「不一樣的校園」，和大家學習不同生命課題。MOVIE MOVIE 聯同 "Open Quote 首播紀錄片《小愛心・大奇蹟》，講述肯亞土生土長的 Chris 遇上捐助者 Hilde Back，不僅造就他成為哈佛畢業生，擇脫困苦的厄運，更啟發他將這祝福延續並擴展下去。

日期：9 月 18 日
時間：20:00
地點：中環鴨巴甸街元創方 A 座 S401 室 "Open Quote
查詢：2548 3199







MUSIC

Clockenflap 2014

Clockenflap 第七年強盛回歸，率先宣佈首輪演出陣容，包括 Tenacious D（美國）、The Vaccines（英國）、Chvrches（英國）、Ozomatli（美國）、Chthonic + Classical Oriental Orchestra（台灣）、The Raveonettes（丹麥）。還有本地樂隊雞蛋蒸肉餅、Murmur、新青年理髮廳、Teenage Riot 等。

日期：11 月 28 至 30 日
地點：西九文化區
票價：（early bird）星期五 $440 / 周末票 $580 / 三天入場票 $1,080
網上訂票：www.ticketflap.com/zh/events/318
網址：www.clockenflap.com

4



THEATRE

《最後疑問》

表面溫文樸素的寡婦 Grace 在郊區築起圍牆，為不幸遭遇的女子開設庇護所。故事由被虐打致不能懷孕的少女 Zoe 入住大屋開始。Zoe 逐漸發現這間庇護所其實是訓練受害者策謀懲罰，甚至殺害侵犯者的地方。更糟的是，Zoe 竟懷孕了！面對懷孕的 Zoe，Grace 的神性生活開始崩壞，更掀起一段段她對人的恐懼，她與神的決裂……

日期及時間：9 月 12 及 13 日 20:00
9 月 13 及 14 日 15:00
地點：香港大會堂劇院
票價：$120-$180
網上購票：www.urbtix.hk
電話購票：2111 5999
facebook：劇場工作室 9 月新劇《最後疑問》

5





MOVIE

6

第 25 屆香港同志影展

港人熟識的同志題材電影多以愛情、家庭、探索性向等為主，但事實上，年長同志近年在社會上亦是一個備受關注的現象。HKLGFF 今年挑選幾部有關年長同志的電影，如開幕電影《流離所愛》及《學直老友記》。HKLGFF 亦首次策劃紀錄片單元，包括關於著名作、女權主義者 Susan Sontag 的紀錄片《旁觀蘇珊桑塔格》。

日期：9 月 13 日至 9 月 26 日
詳情：www.hklgff.hk



CHARITY

「匡智競步上雲霄」慈善跑樓梯大賽

慈善跑樓梯大賽由匡智會主辦，向公眾展示智障人士的多方面才能，從而推動傷健共融的關愛精神。今屆活動以「家庭」為主題，參賽健兒除可以個人及隊際形式挑戰 75 層及 29 層賽事以外，12 至 15 歲的青少年亦可與家人組隊參加「29 層接力賽（親子組）」賽事，寓運動於行善，並肩為支持智障人士出一分力。

7



詳情：www.hongchi.org.hk/climbathon
截止報名日期：9 月 10 日





8

FASHION

Flash Map HK x FFF 快閃店活動

Flash Map HK 是一個設計社區組織，目的是促進本地設計師的交流和分享，組織舉辦不定期快閃店，今次舉行以時裝設計為主的秋冬時裝發佈會和春夏時裝超級折扣活動，逾二十個本地設計師品牌和單位參與，並得到 Fashion Farm Foundation（FFF）支持，將本地設計師的寶藏介紹給大家。

日期：9 月 5 及 6 日
時間：11:00-19:00
地點：荔枝角長義街九號 D2 PLACE 十樓 FFF 全層
開幕派對：9 月 5 日 19:00
特別表演嘉賓：小塵埃





9

GO LOCAL

《深水埗眾生相（二）：玩得 / 不起的 遊戲？》

□□= 發展、重建、還是迫遷呢？你想填上甚麼？深水埗是香港縮影，重建的重災區，500 間小店消失，5,400 間劏房不見了，重建巨輪下，基層，小商戶在夾縫中如何自處？創作人以不同方式繪出 10 位不同街坊的故事，由送石油氣兼玩攝影的文藝大叔，放滿 5,000 年前出土古玉的茶餐廳，到 90 後社運女神的美麗家居，見盡深水埗的眾生相。

日期：即日至 10 月 9 日
時間：11:00-21:30
地點：石硤尾賽馬會創意藝術中心 JCCAC 五樓



香 李錦記 港
HONG LEE KUM KEE KONG
蠔油醃肉
色·香·味全
LEE KUM KEE
PREMIUM OYSTER SAUCE
淨重量 327 克 NET WEIGHT 327 g
今期煮角
洋蔥豬扒
李錦記舊庄特級蠔油，醃肉入味快，令菜式顏色吸引，鮮香味美。唧唧裝設計，用幾多，唧幾多。
醃肉更方便，令家常菜式變不凡。
洋蔥豬扒
1 用力拍鬆350克無骨豬扒，與1湯匙李錦記舊庄特級蠔油、1茶匙李錦記錦正芝麻油及1茶匙糖拌勻。
2 炒香90克切絲洋蔥，盛起待用。
3 將豬扒用猛火煎至金黃熟透，下洋蔥，以1湯匙李錦記舊庄特級蠔油、½茶匙粟粉及水5湯匙調勻的芡汁，炒勻至熟透。

10



WORKSHOP

毛毯帽工作坊

秋冬是戴禮帽的季節，挑選一頂合心的，還不如自己親手縫製一頂。Being of Love 的兩節工作坊，分別教造濕毯（wet felting），把羊毛變成毛毯帽，及用 polyester felt 剪成花瓣，製成花球，縫到帽子上。花球除了可裝飾帽子，還可變成胸針，一物幾用。別以為造帽很難，導師説只需懂用針線，保證可完成一頂匠心傑作，送人自用不失禮。

日期：9 月 16 日及 9 月 23 日（星期二）
時間：19 00-22 00
地點：灣仔皇后大道東 25 號 4 樓 Terry Lo Wedding
費用：$840（包所有材料）
報名：beingoflove.irene@gmail.com
facebook：beingoflove

11

FAIR

貓毛市集



手作人市集愈來愈百花盛放，大商場闢出小地方撐手作人，手作人自己也匯聚一堂，在唐樓工廈遍地開花。這次是白紙工作室舉辦的「貓毛市集」，有 Saturn Wood Workshop 造的木匙、小蓮婆婆的繡花布袋、Cup clay 陶瓷、Mosorsisi 縫製的帽子等，每位手作人的心血都希望被有心人欣賞。當日還有手造茶蛋糕當茶點，順道看看新開張的工作室，和創作人聊聊天，探望幾隻可愛貓咪。

日期：9 月 20 日（星期六）
時間：14 00-19 00
地點：深水埗福華街 85 號白紙工作室
facebook：betabularasa studio

12

EXHIBITION

《自然非然》鄧啟耀個人展覽

本地藝術家鄧啟耀藉着多個山水畫和錄像結合　在作品《樹木紀錄》中，他把多本水墨教科書中樹的形態臨摹到紙上，藉此反思我們光靠教科書了解自然，忽略親身接觸的做法。在《印象紀錄》裡，他有感人們很多時候單靠遊客地圖認識城市，忽略很多非地標性景物，因此以自然為藍本，自製另類「地圖」，讓我們重新思考　審視自己與自然於城市生活的關係。



日期：9 月 5 日至 10 月 7 日
時間：10 00-19 00（星期二至五）
11 00-19 00（星期六）
地點：柴灣嘉業街 18 號明報工業中心 A 座 10 樓 Artify Gallery
查詢：3543 1260
網址：www.artifygallery.com



日日都為
卡數煩惱？



建行(亞洲)「好現金」結餘轉戶計劃

- 貸款額高達月薪**21倍**或**120萬**港元(以較低者為準)
- **手續費全免**
- 集中處理卡數，節省利息開支

推廣期內 高達 **6,800港元** 現金回贈



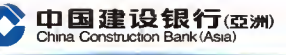


親臨各分行或個人信貸中心：

荃灣	南豐中心9樓945室	3718 3940
銅鑼灣	銅鑼灣廣場一期25樓	3718 7928
九龍灣	淘大花園IIA期地下181號舖(淘大花園H座側)	3718 7373
旺角	彌敦道788號1樓(利美大廈電梯1字)	3718 7568

推廣期由2014年8月1日起至2014年12月31日，首尾兩天包括在內(「推廣期」)。

註：貸款及推廣優惠須受有關條款及細則約束。有關推廣優惠詳情，請向中國建設銀行(亞洲)股份有限公司(「本行」)職員查詢或參閱本行網頁。上述資料只供參考，本行保留隨時修訂條款及細則之權利，而毋須另行通知。如有任何爭議，本行保留最終決定權。



建現在 見未來

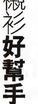
1

01 This Week
editor's pick







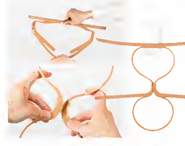


襯衫好幫手

大熱天時，還是經常起床後又躲回被窩，説起原因也夠無聊，因為想不到穿甚麼衣服。當天留在公司打稿？還是有訪問？晚上是否要看電影或演唱會？要因應不同場合選衣服，很頭痛。德國設計工作室 a'postrophe 的設計師 Ivan Zhang 於是推出相應衣架，是可變成能拼湊全套衣飾的多功能衣架，襯衫不用再逐一穿上身才知道是否合襯好看，光是拼在衣架上已一目了然。而且襯好的衣物可直接放進衣櫃，方便兼省掉衣櫃空間，是大多數港人窩居的必備之物。

網址： www.apostrophe-ivandesign.com

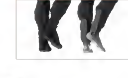
JILLSANDY



2









人體解剖學設計

世界萬物，都遵從某一套來自宇宙源頭的自然定律。所謂物極必反，就是其中例子，過分壯大就會衰老，有時柔弱卻能勝於剛強。因此奢侈僞激的奢華時裝，總會有 out trend 的時候，唯獨有功能又有看頭的，才會持之以恆。阿根廷年輕設計師 Aitor Throup 就盯上了這點，強調自己的設計完全屬於產品發明，研發出一套自我的 "Aitor sleeves"，"Aitor legs" 等，結合人體解剖學與實用性功能的時裝，開拓出另一個設計新天地。

網址： hhttp://aitorthroup.com

ELTON

（資料由客戶提供）

L'OCCITANE

帶您走進甜美夢鄉

今時今日，擁有一覺美夢並非必然，全球人口中，每10人就有7人受著失眠困擾*！生活壓力，緊張情緒時常令人難以入眠；即使倦極入睡，但惡夢頻作，睡眠質素偏差，未能真正舒解疲勞！這正是您的寫照嗎？

* 資料來源 World Health Organization (WHO)



L'OCCITANE全新草本療法舒緩系列以復刻包裝重新推出，從視覺，嗅覺及觸覺，一解都市人的壓力，舒緩身心，帶您走進甜美夢鄉！

草本療法舒緩系列蘊含來自地中海的薰衣草、佛手柑，蜜柑，甜橙及天竺葵五種具舒緩功效精華油組合，更經歐洲睡眠研究中心進行睡眠測試，系列中的舒緩甜睡按摩油及甜睡香包能舒緩身心，有助促進睡眠，增強睡意。只要在睡前進行簡單按摩，從此，便可悠然進入夢鄉，改善睡眠質素，真正釋放疲勞與壓力，身心重拾健康平衡。系列更備有舒緩精華油，沐浴及身體護理產品，以香氛包圍全身，帶您遠離煩囂。



1 舒緩潤膚霜
2 舒緩甜睡按摩油
3 舒緩沐浴啫喱
4 舒緩甜睡香包
5 舒緩浴鹽
6 舒緩精華油

L'OCCITANE創辦人Olivier Baussan深信精華油是植物真正的奧秘，能改善情緒，平衡身心，因此於1976年以普羅旺斯盛產的植物提煉出第一支天然純淨的迷迭香精華油；時而至今，L'OCCITANE已累積了38年的經驗，專業地運用每種精華油的特性創製出一系列由頭至全身的護理產品，為人們帶來舒適愉悅的生活。

輕鬆步驟有助入睡







1. 浸浴 或 淋浴
舒緩浴鹽蘊含法國南部卡馬格地區出產的海鹽及多種精華油，只要倒1-2湯匙於浴缸中，拌勻後即可透過肌膚享受芳香浸浴，亦可以舒緩沐浴啫喱作淋浴，與暖水混合後的沐浴啫喱，釋放出舒緩的芳香，有鎮靜安神之效。

2. 按摩
沐浴後取一滴舒緩甜睡按摩油於掌心輕按，然後兩手揉搓加熱至少15秒，再於頸部及肩膀輕輕打圈，即可令緊張的肌肉得以放鬆，壓力全消。

3. 燃點香薰
按摩同時燃點舒緩精華油，小小一瓶發揮意想不到的功效。加入幾滴於香薰爐，讓香氛隨空氣散發至家中角落，即可徹底放鬆，身心安寧。

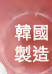
4. 嗅入法
以棉布包裹著薰衣草乾花及地中海精華油的舒緩甜睡香包，睡時放於床頭櫃或枕邊，有助帶來睡意，加快入睡。

查詢電話：3122 4088

DCS
Dermatology
Cosmeceutical
Solution

瞬間
緊緻・美白・保濕



韓國製造

NEW







NUTRIDERM
緊緻滋潤精華



AQUADERM
保濕鎖水精華



BRIGHTDERM
亮白淡斑精華

於韓國製造的 DCS 護膚系列，為你制定全天候的專業修護方案，當中 3 大系列：AQUADERM 蘊含龍舌蘭仙人掌萃取物，為肌膚提供源源水分、深度保濕；BRIGHTDERM 蘊含 ILLUMISCIN 幫助淡化色斑、美白亮澤；NUTRIDERM 蘊含人參果萃取物，讓肌膚緊緻柔滑，散發健康完美氣息。



萃取自濟州火山岩海水，零污染，富含礦物質



通過皮膚敏感專業測試

最新登場
DCS NUTRIDERM 緊緻滋潤系列

強勁的緊緻亮白功效背後，蘊含珍貴成分 - 人參果萃取物。人參結下珍貴的果實，成長 4 年只結果 1 周。系列備有爽膚水、精華、日霜、眼霜及晚霜，蘊含人參主要營養素「皂苷」，提供豐富的營養，緊緻潤澤肌膚。

- 增強彈性
- 減淡皺紋
- 改善暗啞膚色



人參

天然純淨 濟州火山岩海水
權威機構認證產品功能



採用蘊藏於濟州島東部地區的地下水資源，海水滲透到玄武岩層自然過濾後儲藏在地下。因火山島的獨特地質，滲透到地下的火山岩海水蘊含豐富礦物質 (鈣和美等)，而且沒有暴露於空氣中，所以比一般深海海水更安全及純淨。所有產品均通過皮膚敏感測試，個別產品更獲得韓國食品藥物安全部 (MFDS) 認證能達致美白、抗皺雙重功效。

Click退皺紋體驗專櫃

一連幾星期於不同屈臣氏分店，同你試用及講解全新 DCS 緊緻滋潤系列產品，親身感受 Nutriderm 嘅緊緻提升力量喇！快 D 嚟搵我哋啦#！



日期	時間	地點
9 月 5 - 7 日	11:00 - 20:00	香港仔中心分店
9 月 12 - 14 日	12:00 - 21:00	尖沙咀金馬倫道分店
9 月 19 - 21 日	11:00 - 20:00	屯門市廣場分店
9 月 26 - 28 日	11:00 - 20:00	上水中心分店





送 遊戲贏獎品

9 月 1 日起 Click 一 Click 即時擊退皺紋，立即登入



玩遊戲贏走 DCS 緊緻滋潤精華 30ml、爽膚水 150ml 及眼霜 15ml 乙套 (總值：$677) 及登記索取 DCS 試用裝啦！



試用裝、優惠券數量有限，派完即止
^ 以單一發票及折實價計算，數量有限，送完即止

watsons 獨家發售



聽音樂看本土

早前推出的流行曲《雞蛋與羔羊》與《北京北角》惹起樂迷熱烈討論，前者講述政治覺醒；後者是中港融合題材，有人視之為討好大陸。近年這類題材的流行曲，都引起社會不同人士對「本土音樂」的想像，究竟何謂「本土」？

從前講香港音樂，會稱之為「本地音樂」，「本土」看似新興用字，但其實這詞彙在香港至少走了五十年，不同年代更有不同解讀。單從本地流行曲說起，也足已窺視「本土」在香港的演變歷程。

TEXT・LING PHOTO・受訪者提供 & 網上圖片 DESIGN・BILLY

《雞蛋與羔羊》

《雞蛋與羔羊》是謝安琪和創作人周博賢在七一前夕發佈的粵語歌，外界猜測是為「七一遊行」所寫，歌詞這樣寫道「成為奴隸，大劫在頭上，不堪設想」，並用「A 餐」、「B 餐」比喻「A 餐雞蛋撞石牆，不怕壯烈下場，決不退讓」，「B 餐俯首做白羊，一世困在牧場，餐券這兩張，怎麼取向」。

VS

《北京北角》

李克勤新歌《北京北角》歌詞描述「北京」與「北角」相愛，但同居後「變大戰」出現連番衝突，想「了斷」、「分開」但又不捨，期望「以愛熱溶那界限線」。歌曲 MV 中更插入不少中港矛盾相關的新聞片段。

網友將兩首歌相提並論，稱前者為「民主歌」，為本土發聲，後者是「維穩歌」，出賣本土。

《雞蛋與羔羊》MV

《北京北角》MV

流行音樂篇

何謂本土？

講本土，總會有客觀量度的標準，專門研究香港流行曲詞的朱耀偉教授提出以下幾個範疇，去分析粵語流行曲歌詞的「本土」味。



專門研究香港流行曲詞 **朱耀偉教授**

涉及社會議題

歌曲觸及政治及社會議題，最容易讓人勾起香港人身分認同的問題：填詞人周博賢、林夕、梁柏堅的歌曲經常提及社會議題，例如陳奕迅的《六月飛霜》、黃耀明的《太平山下》及李克勤的《天水圍城》等。



謝安琪也算是本土代表歌手，歌曲常常為社會發聲，不過亦有網民批評她的作品大多是周博賢手筆，關心社會的其實是填詞人周博賢。



Rubber Band大碟"Easy"中的《豬籠城寨變》及《進化論》詰問城市發展意義，與本土社會時事呼應。



刻劃本土城市空間

填詞人小克及黃偉文經常以城市空間作為填詞題材，如小克所寫的《念銅鑼》（官方命為《銅情心》）刻劃出銅鑼灣的地道面貌；《永和號》刻畫雜貨店中的本土情懷，《港九情》述說九龍城、維園，前天星碼頭等具集體回憶的空間，黃偉文所寫的《囍帖街》述說灣仔舊區重建的故事。



向舊時的流行文化致敬

小克填詞，梁漢文主唱的《一再問究竟》，是續寫當年陳百強主唱的《不再問究竟》；林若寧為 C All Star 所寫的《時日如飛》則很有八十年代流行曲的填詞風格，刻意將那年代的情懷放進去。

陳百強



本地獨立音樂人及樂評人 **方欣浩**

音樂突然本土

本地獨立音樂人及樂評人方欣浩發現，從前講香港音樂，是「本地」而非「本土」，「本土」一詞是新命題。「這詞與政治狀況息息相關，多了流行音樂講政治。自從劇集《天與地》播出後，音樂人發現將音樂與抗爭放在一起是有市場的，再加上對大陸人的排外氣氛升級，令本土音樂突然抬頭。」

本土音樂 ≠ 政治

要補充的是，本土從不止限於政治範疇。facebook 專頁《山寨音樂》負責人兼樂評人鄧智文認為，只要歌曲與香港有關，就是一種本土體現。「有些獨立歌手的歌曲可能沒有歌詞，與政治無關，但是他們的個人涵養很 local，歌曲氣氛、佈局、情感表達都締造出一種本土味道。」

鄧智文亦指，現在的政治氣氛令音樂人肩負起發聲的責任，不過藝術和社會性之間要取得平衡。「始終音樂都要有藝術性，藝術不能完全為服務政治，最重要忠於自己。」如音樂人李宗盛曾說，音樂是要首先感動自己，才能感動他人，本土音樂不應該強加上政治標籤。



《山寨音樂》負責人兼樂評人 **鄧智文**

02 Coverstory

「本土」前世今生

朱耀偉教授表示，本土一詞早就存在，只是今天「本土」一詞的用法，與昔日流行文化所提及的「本土」已不盡相同。



《獅子山下》一曲亦是炙手可熱的電視劇主題曲，今天政府常用的獅子山精神亦由此而來。

朱耀偉提到八十年代的香港是流行文化中心，當時本土的混雜性特質會吸納其他地區文化，所以那時特別多改編歌。如譚詠麟的《忘不了您》改編自日本歌手五輪真弓《人よ》、張國榮的《風繼續吹》改編自日本歌手山口百惠《さよならの向こう》等。

本土意識早在暴動後的七十年代出現，功不可沒的一定是許冠傑，他唱腔像貓王，混合白話語言，歌曲生動，表現到草根階層的生活。他與黎彼得的代表作包括《鐵塔凌雲》、《加價熱潮》《鬼馬雙星》及《半斤八兩》等。

另一個出產本土粵語流行曲的平台，是七十年代電視劇。當時無綫開始投資巨額自家搭景拍劇，以本地題材為先，製作出反映社會實況的長篇劇集《狂潮》《家變》等電視劇，主題曲由黃霑填詞，顧嘉煇作曲，成就本土音樂熱潮。

大 AL 張武孝的《鐵馬縱橫》及《新區自嘆》是八十年代本土音樂代表，分別講述當時香港的交通及治安狀況。

歷史脈絡

非廣東話不可？

對本土音樂最直接的認知，必然是音樂以廣東話入詞。網上世界甚至流行一些極端的說法：你唱的歌不是廣東話，就不是本土的說法。朱耀偉用歷史的角度證明，這是狹義的說法：「從前本地歌曲有英文、國語、甚至日文、泰文。香港本土音樂最優勝的地方，就是吸納他人文化，這源於七、八十年代那種多元性與混雜性（hybridization），就像黃霑所說的『三及底文化』、文言、白話及廣東話缺一不可，才成就當時的旺盛。」

混雜就是朱耀偉對本土的解說。不過，方欣浩認為，台灣的本土音樂是唱台語、沖繩會用地道三線樂器凸顯本土性，但香港音樂缺乏本土獨特的表徵，所以唱廣東話也是增加本土成分：「近年才發現，廣東話有需要被捍衛，當然不一定唱廣東話才稱得上本土，但用粵語能讓你直接感受香港特色，不含糊，不用再額外解碼。」



小心！煙火！
朱耀偉解說 「林夕曾說過、從前的年代創作沒有包袱、百花齊放、甚麼都可以嘗試。」林夕分享時表示、現在填詞都要格外小心、歌詞填「煙花」沒問題、但現在寫「煙火」、人們會說是大陸化表現，朱耀偉認為這是情緒化、兩極化的現象。

Beyond 亦堪稱為香港本土音樂代表、《長城》、《大地》等作品具時代批判性、描寫對中國數十年來的印象。



90's

經歷中英談判、八十年代本土音樂豐收、創作人以為經歷即將 1997 回歸的大時代，一定有很多出色的本土作品 但 1989 年六四事件後、本土音樂的發展可謂急轉直下，記得 1997 年聽得最多的歌曲是劉德華的《中國人》 多諷刺。

韋然 1982 年以香港城市為題創作的《香港城市組曲》特別本土、其中《夢到沙田》《南丫島的故事》《獅子山問答》都成了當時電台熱播歌曲。



黃偉文在訪問中曾說過「時代不夠大心情不夠壞。」以此來形容九十年代寫不出本土作品、想不到 2000 年後才是本土音樂的大時代。

朱耀偉認為、本土音樂的靈魂人物是黃耀明，八十年代，他是充滿英倫風格的達明一派一員 刻劃本土城市空間的代表作有《溜冰滾軸》《迷惘夜車》、《馬路天使》《今夜星光燦爛》等。直至今天，黃耀明依然充滿活力 在獨立與主流之間遊走，獨立界別中、唯獨他有扭轉主流的力量。

時代	七、八十年代	今天
社會背景及起源	67 暴動後經濟起飛，加上各種流行文化興起，萌生出一種本土意識。 八十年代經歷前途談判時期，造就出一種香港人獨特身分的自覺性。	受大陸政權及內地自由行影響部分香港人認為語言及文化政策（如推普教中）均是大陸政府對香港的政治入侵，衍生堅持主體性及純正性的「本土」意識，以確立自己的身分。
功能	文化標誌（Cultural Symbol）	政治劃分 / 政治化
語言	混雜性，朱耀偉相信 "What is culture if it is not hybrid ？"	粵語 / 白話佔優先，特別抗拒普通話入侵
排他性	不排斥他人文化	特別排斥大陸文化
意義	時代在變，朱耀偉希望將七、八十年代的混雜性帶到今天的本土，看看這種兼容性可否振興流行文化。	現在「本土」一詞等於「抗共」，甚至成為一種標籤效應。



獨立小眾篇

關於本土音樂，
你不能不知的一、二事

時勢做英雄？ My Little Airport

無論是廣東話唱腔，還是社會議題作題材，My Little Airport 都是本土音樂的代表人物，早在 2011 年寫反高鐵運動成名。他們的社會性歌曲包括 "Donald Tsang, Please Die"、《宅女，上街吧》，他們亦不乏描寫城市空間的歌曲，如《九龍公園游泳池》、《浪漫九龍塘》等。



英文也本土 Kevin Kaho Tsui

獨立創作人 Kevin Kaho Tsui 的 indie pop 作品雖然大部分是英語歌詞，但氣質非常本土，以香港不同地方為歌曲題材，如《大埔》、"LKF" 等。



政治覺醒 鍾氏兄弟

鍾氏兄弟由鍾一匡及鍾一諾兩兄弟組成，被稱為上流社會的良心代表，憑著一曲《時代的顛覆者》，刻劃出抗爭心理，在網絡上廣為人認識。他們其他政治覺醒歌曲包括《麻醉式快樂》及《瑪門》，是近日本土音樂的代表。







白話興家 Serrini / 新青年理髮廳

雖然本土不一定唱白話歌，但唱白話歌的 Serrini 及今年才流行的樂隊新青年理髮廳可算是「白話興家」。Serrini 代表作有《蘇菲亞的皮覇珍珠奶茶》、《你條茂利放飛機》等白話小品，而新青年理髮廳近作《這個家》則暗暗地抒發對香港社會的情感，他們剛剛完成的兩次個人表演，都選在唐樓音樂廳和舊區天台進行，十分地道。

中西合璧 Chock Ma

Chock Ma 為近期興起的獨立 post rock 樂隊，音樂糅合西方重金屬搖滾，中國詩句，佛學思想及中樂樂器。雖然他們的作品未必如其他本土音樂般具訊息，但是一拉起悠悠的二胡，就有一種香港特有的韻味。代表作有《隨風去》和《鳥語》。



重新出發 Kolor

Kolor 曾被視為搖滾新星，但因樂隊人事調動而沉寂多時，近日他們簽了唱片公司重出江湖。值得留意的是，他們從前有不少社會性歌曲，如《圍城》、《天地會》等，新歌《生於憂患》亦不乏社會性的反思。



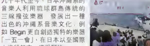
SUPER EASY易到極
首次貸款#
無需任何證明文件
全新客戶成功貸款
即獎現金
$500*
優惠期至2014年10月31日
身份證同手提電話，就可以申請貸款，
仲話咁快30分鐘批核，現金即過數！
即嘟即申請！
閣下須自行承擔因下載和/或使用
QR解碼器所引致之任何風險及責任
全新網頁
隆重登場！
www.promise.com.hk

02 Coverstory

他國的「本土」

音樂本土化（localization）並不止限在香港發生，不少外國樂隊都充滿他們的本土特色，香港不妨在語言、樂器、多元包容性及社會參與方面參照一下。



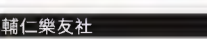


台灣
語言守護者：生祥樂隊

生祥樂隊的專輯《我庄》以客家話演繹，可算是守護台語的少數，他們也關注農民工及環境議題。而他們的音樂底蘊是台灣傳統音調，使用新式月琴等樂器，並與西方音樂協調，令他們成為台灣獨樹一格的新民謠搖滾樂種。他們的本土性，在於他們使用母語的忠誠、音樂底蘊的深厚以及社會關懷的敏感度，生祥樂隊也是去年台灣金音獎的大贏家，連日本音樂節 Fuji Rock 都邀請他們參加。

沖繩
地道樂器：Begin

九十年代至今，日本沖繩系的音樂人利用琉球群島傳統的三線撥弦樂器，發展出一種出色的沖繩系音樂文化，例如 Begin 更自創造獨特的樂器「一五一會」，在日本以至國際上流行起來，廣受關注。



冰島
編曲特色：Bjork

Bjork 歌曲多是冰島語，但要感受到她的冰島特色，卻是來自編曲及音樂內容。她的音樂兼容並蓄，具有折衷主義風格，所涉及的樂風包括另類搖滾，爵士，電子舞曲，古典樂以及前衛音樂等，主流卻又不失實驗性。如鄧智文所說，除去所有歌詞，你聽 Bjork 的歌，仍然聽得出是來自冰島的音樂，這就是本土的聲底。

本土音樂聚腳地



山寨音樂節

春夏秋冬都會舉行一次的本地戶外音樂節，於沙田突破青年村舉行，負責人每次都邀請不同類型但有本土特色的樂隊演出，希望開闊樂迷對本土音樂的想像。

輔仁樂友社

輔仁樂友社是一班獨立音樂人自主組成的共同社，透過表演音樂而聚集熱愛本土音樂的創作人。早前他們在輔仁文社原址的百子里公園，舉行過一場 2014 春夏之交「64 前夜祭」。





草民音樂節

本地籌辦的戶外音樂節，名為一個「在草地上策劃自主，自在，自由的音樂節」。曾在西九大草地，東華三院上水馬草壟營地、佐敦谷草地等地方舉行，至今已經舉行四屆。

奧海城
OlympianCity
www.olympiancity.com.hk

奧海城 x the sky
賞★睇戲
18.8.2014-14.9.2014

奧海城推出「賞・睇戲」電影禮券換領，讓您親身體驗奧海城the sky尊尚豪華的電影視聽享受，一站式盡享消費、飲食及娛樂無限樂趣！

顧客只需於奧海城及中港薈最多2間不同商戶，即日電子消費*滿指定金額，即可換領the sky電影禮券一張。

- **換領日期** 即日起至9月14日或換完即止
- **換領時間** 中午12時至晚上10時
- **換領地點** 奧海城2期地下北翼禮賓處
- **換領金額**

逢星期一至五	消費滿HK$300
逢星期六、日及公眾假期	消費滿HK$800

* 電子消費包括信用卡、易辦事及八達通，現金付款恕不接受，並須於換領時出示商戶發出之即日發票及對應之電子貨幣交易存根。每次每組發票最多可換領2張電影禮券。



全新概念電影院 the sky
特級觀影 嶄新體驗



★ 6間影院共951個座位，其中1間更特設為尊貴影院
★ 單一戲院內配置超過80張D-BOX動感座椅 全球最多
★ 所有影院均配置最高質素的音響系統杜比全景聲 全球首間
★ 全院使用4K投映機 全院4K

查詢電話 2359 3166
奧海城2期101-102號舖及1/F

睇戲加賞★

憑此優惠券到奧海城the sky WHY n.O.T Specialty Coffee可以優惠價HK$15購買熱咖啡*一杯

有效日期至2014年10月12日　　*優惠不適用於購買滴濾咖啡

WHY n.O.T. Specialty Coffee

the sky WHY n.O.T. Specialty Coffee專誠邀請專業咖啡師主理，主打精品咖啡，務求於戲院內提供"真正的咖啡"給對咖啡有要求的顧客

禮品數量有限　先到先得，換完即止。
活動及優惠受條款約束，詳情可參閱場內宣傳海報。
活動內容如有更改，恕不另行通知。



www.olympiancity.com.hk







有關頭髮的微妙智慧



頭髮，被視為一個人外表最重要的部分，更是現代人重要的審美標準之一。一個人美不美、有沒有智慧，原來從古至今，在各地都反映著不同的價值。頭髮的價值，在不同文化和地方可說是南轅北轍，比如說城市和傳統的民族，對頭髮的認知猶如來自兩個星球！

城市人對待頭髮像衣服，愛轉花款，每月剪一次、三個月燙一次、三個月染一次等，現代人的理解中，頭髮是需要不斷剪掉的多餘物，頭髮的好處就是使人美觀、年輕、吸引異性和用來襯衫。

古代民族對待頭髮則像宗教，每天都有早、午、晚梳紮頭髮的不同方法，認為頭髮不能剪，剪髮等於與神斷絕關係，剪髮容易令邪魔入體，剪髮不是不能接受，但需要擇日才可進行，總之對他們來說，頭髮是神聖的，每天專心保養頭髮，就是保護靈性的必要動作。

TEXT · POLO PHOTO · 網上圖片 DESIGN · CARMAN

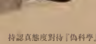
03
Holistic Green
soul



Ayana Bird-Hair Story
黑人女作家Ayana Bird曾出書"Hair Story"內容講及黑人dreadlock髮型和不剪頭髮的歷史，她的研究資料顯示dreadlock髮型能促使人體內的DNA與宇宙的cosmic energy進行共振，也即是說dreadlock頭髮有如植物般生長，有助增加靈性。

「髮型確實是一種潮流，但是當深入調查，
我們可能真的低估了頭髮的作用，
當知道頭髮的潛能，
原來我們一直都在剝奪自己重要的生命精力。」

瑜伽大師 Yogi Bhajan





瑜伽大師 Yogi Bhajan
早在七十年代提出頭髮的科學功能，他指如果每個人能夠好好對待頭髮、保持濃密和原有的長度（不經剪斷），便可令身體有足夠的磷、鈣和維他命D進入淋巴液，再進入脊髓液，使腦袋內有豐盛的化學物產生強勁的離子活動，增強記憶、推動更好的體能、更有耐性和精力。

他又建議日間頭髮應向上盤，晚間應向下垂放，這樣不但可將身體的離子平衡，也能有助激活松果體。每當剪掉頭髮，流失了精力和營養，身體更加需要吸收額外的精力和養分將失去的頭髮再生，而且當一剪下髮端，要需3年時間才可重新建立髮端吸收太陽能量的「天線」，重建每條頭髮跟腦神經、腦下垂和松果體的連繫。

單純的迷信行為？

除了瑜伽人士認為頭髮是與神接觸的渠道，印度、猶太、古印第安、波斯祆教、猂斯林、錫克教、耶穌基督、穆罕默德等宗教人士及先知等，都不約而同地認為頭髮不可剪斷，留著一頭uncut的長髮，對他們來說都是保留靈性的生活習慣。

其實世界上許多事物表面看似很荒謬，但實際上內裡藏有一大堆學問，有待人類發掘。頭髮就是最好的例子之一！

大師 Yogi Bhajan 是誰？

第一位將昆達利尼瑜伽帶入美國的瑜伽師，他足跡所到次處令世界上成千上萬不同背景的人認識到可以不需要藥物、健康地、平衡地、快樂地生活的方法。他從7歲起便開始精神學習，16歲已成為Kundalini Yoga大師。Yogi Bhajan是當代昆達利尼瑜伽大師，創立Healthy, Happy, Holy Organization的世界組織，提倡瑜伽、冥想、素食營養和健康人生的選擇等。

持認真態度對待『偽科學』的科學家對頭髮的理解：

強化免疫系統

頭髮跟皮膚一樣，在陽光底下可使身體產生維他命D，濃密又長的頭髮，可增加身體製造維他命D的能力，不需依賴合成的營養補充劑也可大量增強免疫力。

發展思覺系統

當頭髮生產維他命D時，亦同時為腦部提供很重要的元素磷，磷這種物質是腦功能第二重要物質，腦細胞、思覺系統的成長和發展以及神經的敏感度要靠足夠的磷才可發展，同時增加製造褪黑色素，對於有冥想習慣的人士，能更快進入入定狀態。

有助感應環境

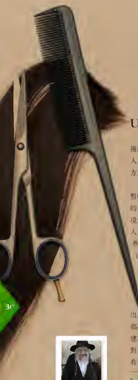
每條頭髮直接駁著神經，亦即是神經系統的延伸，能夠擴大感知環境的能量震動，最好的例子就像貓，貓的鬚像天線，幫助平衡和感應外界空間，當鬚子被剪斷，貓便失去方向感和平衡，有些人視之為第六感，有實驗測試過，證明人類頭髮也有感應方向的功能。

印第安的頭髮力量

關於頭髮的神秘功能，早在越戰時期經已被美國軍方和科學家發現，這些資料在九十年代才被一位心理學家得到而用作研究。這位心理學家有機會與曾任越戰軍醫的人員工作，繼而得到一份文件，當中顯示越戰時美軍刻意找尋擁有第六感的印第安人為軍隊探路，但當這些異能人士一加入軍隊，感應便完全喪失。有見如此怪異的情況便對這些人士作出研究，結果顯示出印第安人的特異感應能力就在那把長黑頭髮，所以美軍後來容許這些印第安人在軍隊中保留長髮。事件後這位心理學家和他的團隊看完整份秘密文件，並將頭髮留長，生活完全改變。



03
Holistic Green
- soul



Uncut 潮流

近年來關於不剪髮而令人靈性成長的話題席捲歐美，愈來愈受重視，較多新生代放棄一般城市人的審美觀，而去尋找這些被埋沒了的天啟生活方式。

Dreadlock 、uncut style 髮型能否有助天啟雖然暫時未有公開的資料支持，但將頭髮視如神般看待的人士，即使沒有特異功能，但對自己身體以及環境意識都特別強。首先，這些長著豐厚濃密頭髮的人士、一定不會使用有害身體和水源的洗髮水，有些人甚至不會使用 shampoo 也可將頭髮保持得清潔而沒有異味。其次，他們都認為每條頭髮的整全能量不可干擾，不使用侵害性的化學染料、電髮水、各種的人工合成 treatment，避免身體上有邪氣入侵，沒有必要就不會損耗每一根頭髮。

在加州更有一些 Spritual Hair Dresser 的出現，想尋找古代生活智慧的城市人對這項新概念都感到興趣。他們針對城市人的頭髮問題亦有許多建議、例如白頭髮、脫髮和弱髮等，甚至有特別針對某些情況的人士，如孕婦的洗頭和剪髮方法，也有身體、生活以及靈性上的建議。




本地唱作人 Heyo 留有 一頭 Dreadlock 粗髮，他認為這種髮型是向現代人事事拘束的一種挑戰 不為了大眾形象而被困在狹窄的視野 對於衛生問題，其實有很多方法解決，並不如一般人想像的難打理，反而更加能靠自身解決頭髮本身 physical 的問題，如決定使用那些洗髮水和自我編織頭髮等等。

哺乳類動物的毛髮是神經系統的延伸

Spiritual Hair Style

不同民族尋找感應環境的髮型風格，有些可能城市人覺得太激進，但擁抱多元化是世界各地都開始提升的意識，如果髮型和保養方法真的能助身心靈平衡，不妨參考。

印度瑜伽稱不剪髮，將長頭髮向上盤成髮髻，能鎖住負離子，更能容易吸收太陽和月亮的能量，開發靈性。時下流行的 dreadlock 原自於古印度後流落在非洲的民族，不過 dreadlock 古代版本不需要利用髮蠟等定形物，他們的髮結需配合大自然生活方式，包括飲食不含有害化學成分及用天然植物粉洗頭，頭髮就不會發出臭味。

相反，如果沒有注重自己身體、靈性和環境的人士，不剪頭髮反而會增加負能量的風險，所以若要天啟，需犧牲一些現有的生活習慣。

靈性是甚麼？

很多宗教都指靈性是接近神的方法，但就是缺乏實質的指引，而這些保育長髮的宗教人士對靈性就有以下實際的理解。

- 以種出果子的方式生產糧食
  能夠供給自己清潔空氣
- 精神上心理保狀衛生狀態
- 能夠照顧家庭和手足
  從服務行為鍛鍊身體
  保護自己不被有害事物污染
- 給予別人良好的東西



瑜伽師對城市人處理頭髮的建議

- 當情緒低落 洗頭有助排走心靈毒素。
- 使用木梳梳頭可保持頭部離子活躍，每天梳頭方法由前額到後、左到右以及各相反方向，每天兩次這樣梳頭更可令女性周期順暢，同時可保持良好視覺。
  要避免脫髮，可利用椰子油在頭皮按摩，然後在太陽下曬至髮乾。
- 髮弱者可多吃洋葱和橄欖，平衡荷爾蒙和重新展現頭髮活力。
  維他命A、C、E和卵磷脂是保持頭皮健康的元素。

強勁・潔淨・快樂體驗

媲美2000W吸塵機效能*

飛利浦 PowerPro Duo
二合一無線吸塵機

清潔效能媲美傳統2000W吸塵機*

18V Li-Ion 鋰電池

PowerCyclone 颶風離塵技術

產品特點

- 可手提或直立式無線使用，輕巧靈活
- PowerCyclone 颶風離塵過濾系統，吸塵效果媲美傳統的2000W吸塵機*
- 18V Li-Ion鋰離子電池，特長無線使用時間達35分鐘
- Tri-Active Turbo三重旋風吸扒以摩打推動，一次過清除塵垢及毛髮
- 纖巧機身，可隨時隨處直立擺放
- 人體工學設計環形手柄，配合手形輕鬆掌握，操作省力

直立

手提

* 根據獨立測試機構SLG進行的地毯吸塵測試，與飛利浦FC8455/FC8456比較。



Philips HomeLiving HK 生活管家

查詢電話：2619 9663

www.philips.com.hk

PHILIPS

03
Holistic Green
park



浪遊草地 聽故事

如果你是「故事地攤」的忠實「聽眾」，過去三年多，應該走遍不少香港草地，市中心的添馬公園、九龍公園，偏遠的元朗公園，樂富配水庫，也聽過不少遊子故事。還記得三年前記者瞓草地被趕的故事嗎？三年後今日，瞓草地依然會被趕，不過愈來愈多人醒覺香港有許多靚草地可善用，像「故事地攤」發起人了了，他便經常遊走香港的草地，最了解香港有甚麼靚草地以及草地上可做甚麼。

TEXT・NAOMI PHOTO・TEDD 受訪者提供 & 網上圖片 DESIGN・BLUE

03
Holistic Green
park



了了認為戶外分享別人的旅行經歷，可讓參加者於想像旅行。「其實每次辦故事地攤，也是一場特別的旅行，讓我更認識香港的公園草地。」



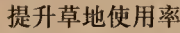
故事地攤不止分享旅行故事，還可野餐、辦小型音樂會、草地用途，自由發揮。

了了
「故事地攤」發起人，曾從事設計工作，但有感加班多，假期少，早年轉當社區活動助理，方便背包旅行。最近更辭工去旅行，剛從青海回來，上月在地攤與人分享徒步青海的故事。

想像旅行

夏天最適合戶外活動，自 2012 年 12 月開始，已辦了 18 場故事地攤，最近差不多每月一場，已累積超過 100 個攤主主動與陌生人分享旅途故事。發起人了了說目的是鼓勵人出走，以及善用香港草地，「旅遊講座很多，但都是單向式，相反圍在草地上聽故事，互相交流分享更直接有趣，而且，草地免費。」

了了說旅途上特別易與陌生人打開話匣子，在戶外辦分享，有異曲同工之妙，「想像是個一日的旅行，從城市或辦公室出走，帶著與旅行有關的物品，如明信片和紀念品，來到草地與陌生人聊天。」他認為網絡雖也有相片、遊記分享，但始終是平面，「觸摸和感受是旅程很重要的部分，網絡始終不及面對面真實，還可與新朋友一起野餐。」



提升草地使用率

了了也是個旅遊人，「故事地攤」的主題以旅遊為主，一來是這話題輕鬆吸引人，二來想改變大眾看事物的方式，「試過有攤主分享徒步旅行的故事，也有單車旅行。旅行的模式和目的地並不重要，最重要是過程和人與人的交流。」

至於外國與香港草地的分別，了了說使用率可以再提高，「近年假日愈來愈多人到草地遊玩，有時甚至見團體辦活動，不過坦白說，用得最多還是印傭和菲傭姐姐。而且香港人比較一窩蜂，推介了一個好地方，那裡便淪陷，像佐敦谷。其實每區都有草地，空閒時不妨多善用。」規限特別多也是使用率的一大阻礙，「但凡管理員覺得可能有危險的玩意都禁止，如飛碟、竹蜻蜓，令草地的使用權變得單一。」





草地 so Good 推介

故事地攤
facebook：storystall

配水庫公園大多偏僻無王管



元朗公園草坡夠大



沙田中央公園意外寧靜



草地 oh NO 發現



- 不能用膠地墊
- 多管理員監視
- 不可躺下來或睡覺
- 不可使用營帳，包括 pop-up tent
- 禁止危險玩意，如竹蜻蜓、飛碟

了了草遊記之最

最難忘：踏出第一步

「曾有參與的朋友原本害怕一個人背包旅行，在與攤上交流後，終於踏出第一步，開展了一個人無計劃的旅行 這是我們最想看到的。」

最期待：本地遊分享

「冰島，南美等地的分享通常最吸引人，但正如我說目的地並不重要，即使近如澳門，甚至本地遊，只要旅程獨特，一樣歡迎。香港這麼多山，山水遊記也應該很吸引。」



最失策：

馬鞍山公園草地一忽忽

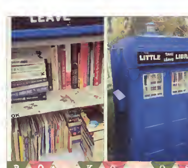
「早期辦活動會事前考察 因為未必每塊草地都適合辦多人活動。後期試過無考察，去到馬鞍山公園，才知草地並不連貫，都是一小塊一小塊 而且超級多人，不太適合辦活動。」

最可惜：無大樹遮蔭

「夏天到草地遊玩太曬 因為香港的草地難找到遮蔭處，即使有樹，都是長得疏落的樹苗，樹木欠缺打理容易枯萎，枯萎了便再移植新的，永遠長不出大樹。這反映香港的樹木管理不完善，基本乘涼也做不到，難怪寧願躲入商場，草地乏人使用不無原因。」

最驚訝：攤主是紅人 Blogger

「現已累積超過一百個旅遊人，當上攤主分享旅程，大多是主動來找我們或朋友介紹。有時會驚訝某些地攤特別多人，原來是網上紅人 blogger 如山中遊了的濟州島登山故事便很多人圍觀傾聽。」Ⓟ









我的漂書日記

換書交流‧自製浪漫

my diary of Happiness

鄭梓靈 暢銷書作家

生於四年一次的二月二十九日，是情緒化的雙魚座，容易笑、更容易哭、愛貓、愛海、愛書、愛音樂、愛攝影，崇尚天然優質生活、相信純淨和平的心靈最能感覺到幸福。喜歡寫愛情，慶幸還相信愛。

記得在美國唸書時曾參加大學舉辦的漂書活動，「漂書」意念來自歐洲，讓其他愛書人「偶遇」這本猶如漂流瓶的舊書，從而伸延閱讀循環。我在《或許，我們只是剛好遇上》也有透過漂書讓男女主角相遇、坐下來討論互相了解的情節，覺得漂書除了閱讀，更是一件很浪漫的事，連繫着互不相干的人分享相同的書而又有各自的感受。

今年第一次參加香港漂書節，我放漂的圖書是威廉高汀作品《蒼蠅王》，這本諾貝爾文學作品是很多青少年讀本例如《漂流教室》的原型，所以我想青少年讀者會有興趣，想讓他們知道嚴肅文學也是很好看的。讀完此書令我認識到人性有善也有惡，人類的文明和制度便更顯得可貴，我們要像文中那些善良的孩子一樣盡力捍衛它。

一口氣分享了有關閱讀的近況，亦想推介我寫作或閱讀後舒緩眼部疲勞發腫的補品「去浮腫眼部精華」，當中青咖啡豆及藜麥籽油有助排出多餘水分及毒素，解決眼睛浮腫、黑眼圈等問題。我晚上睡前會敷熱毛巾於眼上10分鐘，讓眼睛放鬆同時促進血液循環。

下星期一就是中秋，每年都在正日和家人吃飯，飯後提着燈籠到附近走一轉。至於月餅嘛，我喜歡傳統的，我很奇怪，只愛吃淨蓮蓉月，朋友最愛和我分吃月餅，因為我不會搶吃蛋黃。吃完甜食，是時候用我的香薰消滯按摩配方，用甜杏仁基礎油混合葡萄柚、黑胡椒、薰衣草香薰油，按按肚皮有助消化。最後，提提大家記得將月餅罐進行回收，過一個環保又愉快的中秋！



我的最愛香薰之選

1 面對眼腫及乾澀疲勞、我會用去浮腫眼部精華消腫去眼圈、當中青咖啡豆及藜麥籽油有助排出多餘水分及毒素，用後提升眼部輪廓、雙眼散發活力光采。

2 瘋狂勁食過後，總覺得胃漲氣頂，大家可用香薰消滯按摩配方，以甜杏仁基礎油25ml混合葡萄柚、黑胡椒、薰衣草香薰油各3-4滴、輕輕打圈按摩肚皮有助消化。

另外，運動後出現汗疹、或日曬造成的肌膚乾燥，我會單用甜杏仁基礎油，蘊含大量不飽和脂肪酸、維他命等即時滋潤肌膚，濕疹敏感。謹記對堅果敏感者避免使用。



(資料由客戶提供)



Online!

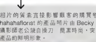


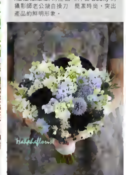
決戰網店

香港租金屢創新高，已成聞名中外的本地特色，購物陣地逐漸由實體商店轉移到虛擬世界。近年網上購物商店多如雨後春筍，消費模式改變，每一個像你或我的普通打工仔，也可以成為自己的老闆。前人走過的路不代表容易前行，三位以網購為正職的創業者，以過來人經驗，告訴一眾有志在芸芸網店中突圍而出的準老闆，如何建立屬於自己的個性商店。

TEXT · MICHELLE PHOTO · FRANKY DESIGN · W
SPECIAL THANKS · SERENDIPIVY HONG KONG




相片的質素直接影響顧客的購買慾，hahahaflorist 的產品照片由 Becky 的攝影師老公親自操刀，簡潔時尚，突出產品的鮮明形象。



剛裝修好的 workshop，有露天地方擺放花朵。


為提高新鮮感，Becky 提供多種不同形式的產品，包括花球、花束、花樽、手花等，令頁面一直有不同面貌的相片更新。

在線賣花

網購生意收入不穩定，不少網店店主都是以兼職形式經營，網上花店 hahahaflorist 的店主 Becky 也是其中一員，當了八年雜誌記者，去年 8 月萌起創業念頭，由 facebook 專頁開始花店生意，累積不少粉絲，最終由業餘變成全職經營：「其實現在更辛苦，要 24 小時 on call，有時客人更會凌晨打來詢問。」


hahahaflorist 花店

開業年資：一年
網店特色：按訂單製作花卉，款式獨一無二
利潤：三倍昔日工資
查詢：6078 8141
網址：http://hahahaflorist wix com/hahahaflorist
facebook：hahahaflorist

Tailor-made 花球

除工作時間長，網上商店更要承受被人抄襲款式的風險，Becky 卻隨遇而安：「無得驚，放上網就預計會被人模仿，但我相信客人會分辨到質素。」在花墟辦貨，加上每一束花球都是為客人度身訂造，因此定價相對較高，她表示：「其中六成用在成本，而且我賣的是包裝，好像買衣服，不是買塊布，而是買它的 design。」

Becky 坦言經營網上店，只有兩個字：勤力。**hahahaflorist 的 facebook page 幾乎每天都有 status 更新，除了生活化的分享，還有買花者的故事，Becky 解釋：「我本身喜歡寫作，覺得一花一故事，創作花球時也會分外投入，同時吸引更多網民觀看。」**



人工三級跳

零成本開始，免卻租金煩惱，Becky 現時的人工是以往的三倍，有資本擴充後，Becky 卻決定在太子開設 workshop，她解釋：「家中已不夠空間擺放花材，而且一直希望有地方開班教人，始終網上是虛擬世界，不及親身接觸來得有滿足感。」現時工作坊不選擇賣花，Becky 堅持以接到訂單才出貨的方式經營，一方面希望降低成本，同時每個花球都會是與別不同的心機之作。


Becky
Hahahaflorist 主理人

手作集中地

香港不乏心靈手巧的手作人，但即使作品能放到商店寄賣，扣除材料費、運輸成本等，回報可謂所剩無幾。喜愛手作工藝品的 Carmen，利用不受時間地域限制的網絡世界，開設網絡售賣平台給本地創作小店，消費者只要安坐家中，就能同時飽覽種類多元的手作品，將心儀的本地設計直送回家。



Psychesholia 押花首飾

雙向網站



Carmen Hui
Tiwwa.hk founding partner

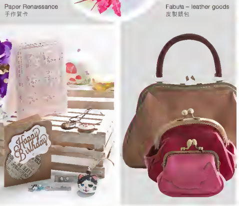
Carmen 本身從事工藝品工作，在美國生活的妹妹告之她當地手作市集興起，於是三年前 Carmen 萌生以低廉方式開設手作網站。「自己一直有逛市集的習慣，有時卻難以找回店名，沒機會再遇到，最方便便宜的渠道就是 online shopping，召集一班志同道合創作人，例如外國有名的 Etsy 網站就是以這模式運作。」

Tiwwa 作為手作店與顧客的中間人角色，手作人可自行上載作品的圖文資料，顧客亦可在網站揀選購物，是一個雙向平台；網站操作因此相對複雜，本來預計三個月內可正式對外開放，最後卻花了半年時間：「香港單向網站的設計發展很成熟，但雙向流動網站需要兼顧 security，沒有甚麼公司知道真正做法。」

TIPS

免剝削中間人

為發掘本土個性作品，Carmen 三年前逛遍大大小小的本地市集，搜羅有心手作人。籌備多時，投資近六位數字，tiwwa.hk 終於在去年年頭正式對外開放，手作人上載一件貨品需付港幣 5 元的費用，如作品賣出，網站只收取其中 5% 銷售佣金，雖然最高峰時曾有 60 間手作店上載到平台，Carmen 坦言仍未達收支平衡，卻沒打算放棄：「未來計劃在不同手作市集擺檔，提高知名度，接觸更廣的目標群。」



Paper Renaissance
手作賀卡

Fabula – leather goods
皮製銀包



Mew's collection 貓貓裝飾品



每件產品都刻上品牌名稱。



為迎合客人要求，Andrew 近年加入身體護膚系列，提供更多選擇。

產品刻上生產日期，方便顧客查閱。

facebook 的秘密花園

天然護膚品逐漸受注目，具潛力的市場，競爭自然激烈，facebook 成為護膚品網店的商業戰場。經營網店 PGW 的 Andrew 便跳出框框，認清市場目標與自己和競爭者的分別，以理性商業頭腦和奇招突圍，現時每月維持 5% 利潤增長。

PGW 護膚品店

開業年資：逾三年
網店特色：自家生產有機護膚品
利潤：每月維持 5% 利潤增長
網址： www.pgwhk.com
facebook： Private Garden Workshop



Andrew Lo
Sales and Marketing Dept. Manager

另類推銷術

香港租金令人卻步，但實體店優勢仍在，特別在護膚品市場，可以面對面與顧客溝通，以即場試用說服消費者，那網店該如何留住客人？Andrew 自有一套另類推銷術：「配套唯有更齊全，如附送潔面用的起泡網，又會提供試用樣本，最重要令消費者覺得物有所值。」雖然面對本地、台灣的競爭者，Andrew 懂得開拓不同市場，如與香港酒店合作，進軍日本市場，可謂「百足咁多爪」，令根基打得扎實。

TIPS →

解決囤貨

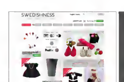
有機護膚品的弊處是儲存時間較短，Andrew 一早意識問題所在，將生產流程標準化，不論產量或質量都能保持穩定，而且會自己研究產品配方，延長使用日期。產品以有機材料製作，成本偏高，Andrew 卻明言不會降價搶市場：「寧願以原材料的入貨量減低成本，如橄欖油可長時間擺放，會以批發形式購入。」

不少網店面對長期囤貨，PGW 也有一套對應方法，Andrew：「每次生產量不會太多，而且已掌握每個 season 的周期旺季，例如夏天驅蚊膏較受歡迎，冬天潤膚霜銷售較好，會預早預留較多存貨。」貨如輪轉，生產量與銷售量成正比，也是 PGW 成功的原因。



網店入門法則

網上創業並不是一朝一夕的之路，行動前，要認真考慮自己的能力和長時間作戰的決心，有專營網上商店頁面設計的老闆，目睹過不少失敗的創業經驗，歸納出致勝的網上營商三大法則。









facebook VS website
社交網站的確影響力無遠弗屆，社交網站幫助網上銷售，兩者相輔相成，William 建議利用社交網站的群組力量，將人流帶到網站。除此之外，手機 app 也是新商機，但除了一些大品牌，現時不是太多網絡商店的手機 app，而且開發一個手機 app 的費用都不少，現在很多人喜歡用手機的 search engine 找產品和服務，William 建議網絡商店的介面要配合手機和移動網絡瀏覽。

網上要守法
William 指出客戶無法看到實體公司，因此店主需要以條款和條件保障客戶和自己的商店，例如保用期，退貨條款，隱私政策，送貨指引等。如網店目標客戶是外國人，更加要列明條款。網上營銷一樣要守香港和各地法律，不要以為在網絡可以隱藏身分，所以網上營商一定要守法。如在香港要遵守商品說明條例，賣健康產品要參考衛生署的條例。最好不要抄其他公司的產品說明，除了會侵權外　搜尋引擎有可能會將一些抄襲其他網站的網站排名降低。





William Mok
山田企業創辦人
網址： www.imarketing.hk

Back To Basic

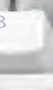
開設網絡商店都是一門生意，都要對自己產品有認識，只是多了網絡平台，開店前可以找相關網絡商店和對手作參考。在技術方面，找一些開發網上商店公司幫忙，自己則集中在產品、營銷和服務方面。網上創業其實不如大家所想容易，可能每天也要解決問題，所以要對自己的生意有信念和熱情。

Your Niche Market

由於互聯網可以輕鬆觸到全球客戶，但我們同時面對的全球競爭對手。因此，需要集中我們的目標細分市場，如國家、年齡、教育程度、收入等，找出自己產品的和其他的不同之處，或為自己產品創造差異化的條件。

Content is King

搜索引擎對網店是十分重要，大部分網民有用搜索引擎尋找產品。首先要做好網店內容，字數多少會影響搜尋網站上的排名。如果預算許可，可做站外推廣，如 search engine marketing 的關鍵字廣告，雖然比較昂貴，但成效快，或可嘗試在印刷品加 QR 碼。Ⓟ











我的美麗日記
1+1
聰明保養雙步驟
深層清潔加上保濕舒緩，完美步驟，缺一不可
清潔後少一步，水份滋養跑光光，不見美麗心慌慌！
我的美麗日記清潔雙膜組步步精心，才能讓毛孔乾淨，油水平衡。
新上市
我的美麗日記
2-Step
STEP 1
Volcanic Oil Control Mud Mask
STEP 2
Glacier Water Soothing Repair Mask
Step 1 Cleansing
+
Step 2 Soothing
Step1 深層淨垢 洗掉暗沉 Step2 舒緩調理 還妳水嫩光采
全港銷售
No.1
面膜
連續五年
mannings 萬寧
萬寧獨賣 正貨保證



談風:vs:再說

由本地樂隊 tf：vs：js 主理的 café 開業不久，位於牛頭角工廠區，六位隊友雖各有正職，卻在這 4 千呎空間內，透過美食維繫最初對音樂的追求。餐廳「談風：vs：再說」這饒有詩意的名字，是指延綿不絕的交流及分享，正是他們六人希望以烹飪實踐的理念。

TEXT · MICEHLLE PHOTO · FRANKY DESIGN · BLUE

有機混雜

從設計中也展露 tf.vs.js 獨特的多樣性，例如桌椅採用北歐風格，但同時亦找來不少香港式舊家具，對比鮮明有趣。

白牛仔腸

· 薯仔 + 芥末醬 + 洋蔥 $98 ·

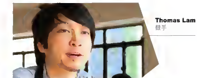
白牛仔腸彈牙肉嫩，洋蔥香甜非常，滲透芥末籽的微辣，加上墊底粒粒焗薯，是令人十分滿足的一道菜。

陵零香豆

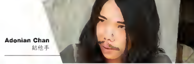
· 意大利奶凍 + 黑水欖 + [illegible]古力 $64 ·

造型猶如一幅風景畫，[illegible]豆味濃郁，[illegible]蒸蛋糕與朱古力脆條十分相襯，賣相味道俱佳。


我的美麗日記
上下分工
緊緻小臉
V-UP!!
拉提零死角
雙向拉提 全面水潤 超拉提雙布膜 全新升級!
代言人 陳語安
2片分離式面膜
革命新登場
全港銷售
No.1
面膜
連續五年
雙向拉提
彈力復甦
保濕升級
專屬保濕成分Cosphingo
mannings
萬寧獨賣 正貨保證



Thomas Lam
鼓手



Adonian Chan
結他手



燴羊肉 $112

這道菜乍看像意大利飯，其實是以薏米加入即磨咖啡粉和雜菜製成，焖製三小時的羊肉軟腍多汁，配搭烘乾的香脆紅菜頭葉，十分滋味，是屬於 inner menu 裡面的一道菜。



蘋果

-西芹+[illegible]+薄荷 $64-

[illegible]蘋果汁打成泡沫，配搭番石榴、小紅莓和覆盆子等新鮮水果，猶如分子料理。

醃三文魚

-西芹啫喱＋醋醃乾葱＋檸檬 $76-

清新醬汁混合了黑糖、粗鹽、檸檬皮、橙皮等材料，加上西芹和檸檬造成的啫喱，增加層次感，可與以辣粉、孜然粉及茴香籽的脆片一同品嚐，相當驚喜。



多元飲食空間

tf:vs:js 這奇怪的英文字母組合，原來是頹廢 : vs : 精神（taam4 fung1 :vs: joi3 syut3）廣東話拼音的縮寫，「談風 : vs : 再說」也沿用了這有趣的概念。促成這家餐廳誕生，源於 tf:vs:js 早前的排練室被逼遷，樂隊索性搬到更廣闊的地方，利用六人樂團各自的專業，將烹飪、設計、電影、錄音等多個元素連結，結他手 Adonian 表示：「這一區近年自成一格，成為文化集中地，想在往後日子舉辦不同的活動，如講座、獨立電影放映等，吸引更多人到這裡作分享。」

料理亂中有序

作為飲食界新手，要開設一間餐廳殊不容易，幸好 bass 手阿鵬一直熱衷入廚，曾於數間西餐廳工作，一手一腳設計出非一般意法佳餚，選用的食材別樹一格，沒有特定規範，入口卻似模似樣，其實都是阿鵬經過多次試驗的結果。鼓手 Thomas 笑言：「與我們樂隊的音樂風格一樣，都是毫無章法可言，卻又亂中有序。」

談風 : vs : 再說
地址： 牛頭角觀塘道 316-318 號志聯工廠大廈 10 樓 B 號舖
查詢： 2415 4999



夜冷雜炒

Adonian 到上環、旺角等舊區一帶尋寶，將別人眼中認為的「垃圾」搬回來。



生鏽的大閘標示了以明朝體設計的餐廳名字，充滿中式復古感覺。





食品新衣裳

瑞典設計工作室 Tomorrow Machine 將智能科學與食品結合，設計出一系列未來食品包裝，不但不會為生態帶來負面影響，透過包裝的外觀，還可辨識內裡食物的新鮮程度。

TEXT · MICHELLE PHOTO · 網上圖片 DESIGN · BLUE

再見 Best Before

換了一個形式展示的食品，居然保留吸引力，簡潔之餘亦顯露現代時尚感。取之於自然，用之於自然，天然包裝再不需要用 best before 來提醒人們食用期限，即使購買了食品依然會製造垃圾，卻不再是令人厭惡並不可分解的發臭廢棄物。Tomorrow Machine 現時構思了三款食品的新包裝系列 "This Too Shall Pass"：

初榨橄欖油

器皿以焦糖製造，外層塗上蜂蠟，可防止橄欖油漏出，經過多次實驗反覆測試，當加熱到 100°C 至 170°C，包裝會呈現不同顏色，能區分各種性質的食油。焦糖本身不溶於油，打開時只要像雞蛋般直接敲破，即可輕易取出食用油。



TEXT · ISAAC · Q PHOTO · WAI DESIGN · BILLY（廣告）

盡情體驗 發現自我

DISCOVER YOUR DARKSIDE



人類的好奇心促使我們不斷探究身邊事物的奧秘，拒絕讓生活變得枯燥無味。來自加州的 Apothic，靈感源自 13 世紀歐洲充滿神秘色彩的酒窖，將新世界風格注入時尚元素，打造出獨特格調與品味。Apothic Pop-up Wine Bar* 將會穿梭港九，為大家帶來另類 wine tasting 體驗，從中揭開 Apothic 的神秘面紗。

DISCOVER APOTHIC

Apothic Pop-up Wine Bar* 將於 9 月 11 至 14 日期間，穿梭港九不同地區，讓大家體驗 Apothic 的神秘魅力，屆時更有魔術師表演近距離魔術，參加者有機會獲得精美紀念品乙份（贈品數量有限，送完即止）。













立刻登記，
送你 Apothic Red ！
www.discoveryourdarkside.net



APOTHIC Pop-up Wine Bar 巡迴詳情

9月11日	9月12日	9月13日	9月14日
12:00-3:00PM	4:00-8:00PM	12:00-8:00PM	12:00-8:00PM
觀塘駿業里 LANDMARK EAST	銅鑼灣廣場第二期（麥當勞側）	尖沙咀海防道	銅鑼灣廣場第二期（麥當勞側）

* 活動當日請留意 metropop Facebook 專頁公佈的詳細資料



印度香米

外形酷似一座小雪山，湛藍的漸變色澤是染了色的蜂蠟，可盛載大米、穀物一類的乾貨，極薄的材質能直接撕下，就像剝水果皮一樣容易，容量不高的特性讓人不需擔心儲存問題，是即用即棄的環保發明。





覆盆子沙冰

半透明的包裝以洋菜膠作材料，旨在用於液體，如奶油、果汁和鮮榨果汁使用，洋菜膠本身具可穿透的彈性，只要將吸管直接插入包裝，即可飲用。經過一個月的室溫擺放，洋菜膠會逐漸萎縮，最後會呈現乾癟的狀態，等於告訴人們食用期限。



網址： www.tomorrowmachine.se



賞楓

秋天時節到來，讓人念掛漫天紅葉的現象。
如今賞楓，你不必千里迢迢飛到加拿大，
亞洲地區都有不少賞楓好選擇，
如台灣、日本、韓國等，
各有各秋千，讓你一睹紅葉楓華。
不過選擇多就自然花多眼亂，
每個賞楓地區都有它的特點和歷史，
了解清楚，就可以來個全面的賞楓大作戰！

TEXT · LING PHOTO · 網上圖片 DESIGN · CARMAN

楓葉（maple leaf）
傳說中，楓葉象徵堅毅，花語是代表你有自己的一套生活原則，積極進取，不斷向前；亦代表秋天。楓葉亦是加拿大的官方國旗圖案與標誌。

秋日紅葉狩

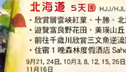


全羅南道、首爾
金秋紅葉 5 天團 SMX05

- 前往內藏山國立公園、白羊寺、禪雲山道立公園欣賞紅葉美景
- 遊覽寶城茶園、順天灣自然生態公園、一山湖水公園、一山 Aqua Planet 水族館
- 凡報名參加逢星期一及三出發之團隊，每人可獲得「曾島 8 年特級有機海鹽」乙樽（特別鳴謝：韓國觀光公社）

10月20日至11月10日

KE OZ 7C (SMX05-MHZ) $4599起



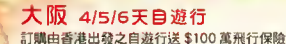
北海道 5天團 HJJ/HJL05

- 欣賞層雲峽紅葉、十勝、北海道神宮欣賞紅葉 (HJJ05)
- 遊覽富良野花田、美瑛山丘、札幌、小樽等欣賞自然美景
- 前往千歲川欣賞三文魚逆流壯觀奇景 (HJJ05)
- 住宿 1 晚森林度假酒店 Sahoro Spa Resort 或 Kiroro 度假酒店

9月21, 24日, 10月3, 8, 12, 15, 26日, 11月16日

JL (HJJ05-MGS) $6999起

大阪 4/5/6天自遊行



訂購由香港出發之自遊行送 $100 萬飛行保險

住宿：Fujiya Hotel / Hearton Hotel Nishiumeda / Cross Hotel / Hotel Wing International Shin-Osaka

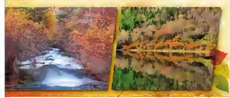
- 包 Good Luck 旅遊手冊
- 額外每位再包 Yokoso Osaka Ticket

9月11日至11月22日（逢星期二、四、六）

AI (4天・Fujiya) $2448起







九寨溝 6/8 天團 QPD/QPY/QTE06, QTY08

- 前往九寨溝，黃龍風景區欣賞紅葉與黃葉
- 住宿 2 晚五星級九寨天堂洲際大酒店觀景露台房 (QPD/QPY06)
- 暢遊黃龍風景區、峨嵋山金頂及熊貓繁殖基地 (QPD/QPY06)
- 前往若爾蓋草原、黃河九曲第一彎觀日落 (QTY08)

9月8日至10月31日

CA 3U (QTE06-MZZ) $5499起

04 Lifestyle travel

韓國

【韓・國・賞・楓・熱・點】

大屯山道立公園

賞楓時間：10月中旬至11月下旬

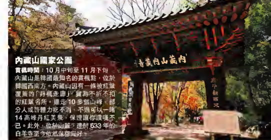
大屯山秋季遍野楓紅，是韓國愛楓者的好去處。大屯山高878米，[illegible]，但[illegible]、金冠石、國王[illegible]點綴[illegible]趣，[illegible]纜車[illegible]來，[illegible]石和立石臺長[illegible]的金剛排云[illegible]中[illegible]橋上，觀看四[illegible]懸橋之險，[illegible]陶醉。

「逍遙紅葉旅遊慶典」

每年10月底，被稱為京畿道的小金剛山，紅葉相當醉人，當局都會舉辦「逍遙紅葉旅遊慶典」，吸引遊客。

秋妝楓彩

韓國的氣候分明，四季皆美，其中秋季的楓葉更是美不勝收。半島從北部的長白山到南端的濟州島漢拏山，在蔚藍青空下襯托出楓葉鮮明的色彩。每年楓紅時期雖不同，但根據過往記錄，葉色在9月底開始轉紅，10月中旬是楓紅的全盛期，整座山頭都是秋紅一片。所以10月中旬至11月中旬就是賞楓的最佳時機，楓紅由北往南慢慢伸延下去。韓國的賞楓點多在山上，形成一種山野賞楓的文化，不過近年亦興起一些市內賞楓點，各有味道。



內藏山國家公園

賞楓時間：10月中旬至11月下旬

內藏山是韓國最知名的賞楓點，位於韓國西南方。內藏山因有一條被紅葉覆蓋的「丹楓走廊」，實為不折不扣的紅葉名所。連走10多個山峰，部分人或許體力吃不消，不過可以一睹14高峰丹紅美景，保證讓你讚嘆不已。此外，位於山麓、建於633年的白羊寺至今依然保存完好。

雪嶽山國立公園

賞楓時間：9月下旬起

論南韓最早被楓葉染紅之地，就非雪嶽山國立公園莫屬。雪嶽山雖然四季都很漂亮，但是其中又以秋季的楓葉最出名。雪嶽山有各種登山路線可以選擇，其中千佛洞溪谷，五色藥水池，五色鑄錢谷、百潭溪谷等是最適合賞楓的地點。



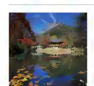
一到秋天，雪嶽山的最高峰大青峰都被楓葉染成一片紅色的秀麗圖畫。



德壽宮

賞楓時間：10月上旬至11月上旬

被稱為「貞洞路」的「德壽宮石牆路」是當地情侶熱門約會的地方，從首爾市廳對面的德壽宮旁石牆路一直到貞洞劇場長達900多公尺的步道，每到深秋時節，道路兩旁的銀杏樹染成一片黃色。



新華旅遊精選多個韓國團，帶你賞盡韓國秋日紅葉處處的迷人景致。9月6日更舉行旅遊講座，介紹紅葉景點及攝影路線，分享韓國追楓之樂，出席者可獲即場報名優惠！

Richard Lau 韓國秋色攝影之旅講座

日期：9月6日（星期六）

時間：15:00-16:00

地點：尖沙咀彌敦道良士大廈27-33號2字樓

留座熱線：2311 7233（藍小姐）

網上登記：www.sunflower.com.hk

南山公園

賞楓時間：10月上旬至11月中旬

南山公園位於首爾市中心的南山上，亦是韓劇《我叫金三順》的拍攝地。公園樹木繁茂，春天賞櫻花，秋天賞楓，通往頂峰的山路特別美麗。

info

秋季天氣：

約10°C至21°C，天氣和暖。

韓國氣象局網頁：

www.kma.go.kr

韓國觀光公社網站：

www.visitkorea.or.kr

韓國諮詢觀光熱線：

+82-2-1330

專業旅運® 自由行 機票 酒店

Travel Expert

專業旅運集團成員 香港聯交所主板上市1235

全日本溫泉

日本地圖 溫泉熱點 三大名泉 ■地區 出發城市 機場

日本群馬縣草津溫泉
日本三大名泉之一・別名「藥出湯」

日本下呂溫泉鄉
日本三大名泉之一・美人湯

日本有馬溫泉
日本三大名泉之一・神戶之寶地

日本箱根溫泉

定山溪 層雲峡 札幌 洞爺湖 登別 加賀 高山 草津 下呂 石和 鬼怒川 有馬 大阪 名古屋 東京 和歌山 伊豆 箱根 嬉野 福岡 別府 阿蘇

真正自由行專家

全日本超過20個 溫泉點・任你點

經濟客艙來回機票　1/2晚市內酒店(SOGL)及1晚溫泉酒店住宿連早餐(部份酒店連晚餐)　出發日期至12月17日

地區	酒店	價錢
東京 code 1407078	• 箱根 一の湯新館	$4190起
	• 草津ナウリゾートホテル Now Resort Hotel	$4390起
大阪 code 1407084	• 和歌山白浜館	$4290起
	• 有馬溫泉Arima Royal Hotel	$4790起
名古屋 code 1407020	• 下呂溫泉－富岳溫泉旅館	$4290起
	• 高山Spa Hotel Alpina	$4190起
福岡 code 1406137	• 別府新松實溫泉酒店Hotel New Matsumi	$4290起
	• 別府望海Bokai Hotel	$4490起
北海道 code 1406120	• 定山溪萬世閣Jozankei Manseikaku Hotel	$6690起
	• 登別格蘭酒店Noboribetsu Grand Hotel	$6990起

即日起至10月31日期間
購買日本自由行套票，
可享4天免費4G
Pocket WiFi上網分享器
出發日期至14年12月31日

賞楓時間表

地區	時間
北海道	10月上旬～10月下旬
東京	11月上旬～12月上旬
大阪・京都	11月上旬～12月上旬
四國	10月下旬～11月下旬
九州	11月中旬～12月上旬

以上價格以每位成人佔半房計算並須最少兩位成人同行，價格並未包含相關稅項、燃油附加費及行政費｜廣告內的產品內容及其價格均視乎特定等級或類別的供應情況而定｜基於運作上的因素，我們只能於閣下訂購後方能預留產品｜消費者應注意或未能以廣告內價格購得相關產品｜價格如有更改恕不另行通知｜圖片只供參考｜如對廣告內容有任何意見，歡迎發電郵至advcomment@travelexpert.com.hk



63
全港分行最多
牌照 350709

自由行熱線

港島・8228 8801・8228 8802・8228 8803
九龍・8228 8804・8228 8805・8228 8806
新界・8228 8807・8228 8810

旅行團熱線	郵輪熱線	商務旅遊	獨立組團
2115 9828	3188 4538	2529 1999	2115 9910

手提電話專線 *6688
5128 5398
TravelExpertHKG
travelexpert.com.hk
online@travelexpert.com.hk

04 Lifestyle

日本

日本最佳楓評

若要細分日本的紅葉之最在何方，那麼北海道及東北的紅楓景像必然當之無愧。北海道及東北地方的賞楓最佳時機，是每年的 9 月中旬至 11 月左右。號稱日本第一河的奥入瀨溪，是十和田湖的源流。此地的楓葉色澤和外觀，都因露水和陽光的充足，而比其他地區更顯艷麗。紅葉風采一路蔓延，在五色沼、檜原湖、角館，都有寧靜清麗的感覺。當中還有不可錯過的文化體驗，藉由中尊寺的金碧輝煌，和青森民俗村的文化技藝，重現傳統風貌。

看氣象追楓

賞楓成癮的日本，會由氣象預告公司預告並發佈「紅葉前線」，讓遊客可以依循著紅葉轉紅的程度逐楓，浪漫不言而喻。

紅葉盛宴

日本楓葉主要分楓葉及紅葉大兩類。楓和紅葉在植物分類上是相同的，但是在盆栽業來說，是以葉谷的數目和葉谷的深度來分辨兩者。秋天賞楓是日本人喜愛的秋季活動，隨著秋天的腳步，黃、橙、紅的繽紛色彩將山岳染成一幅美麗的風景畫，古色古香的日本庭院在紅葉的襯托下更加典雅。

日本紅葉都是由北往南逐漸蔓延。每年 9 月下旬從北海道，或者北陸立山黑部的高地開始，歷經東北、信越，關東，關西等，最後在 12 月上旬時紅到鹿兒島。包含各地峽谷，山麓，河流與湖畔，整個日本大約 70% 地區都有紅葉。



1 賞楓之餘，住宿體驗溫泉飯店也是重點，有了溫泉香氛，一趟賞楓之行才算完美。
2 北海道登別地獄谷和定山溪溫泉，都是賞楓熱點之一。



古都賞楓經典

京都，大阪，神戶的古都優雅氛圍，處處都有懷舊的色彩，除了遊賞漫天紅葉的美麗姿彩之外，古都還有不可錯過的文化巡禮，多處經聯合國教科文化組織評定為世界遺產，如清水寺等，令人不禁要讚嘆日本卓越的藝術表現。





關西（京都，大阪）的賞楓潮也不弱，在 10 月下旬至 11 月下旬，清水寺，嵐山渡月橋和金閣寺亦是賞楓名所，典雅傳統的庭園和寺院，配上閃閃發光的紅葉，尤其絢麗。

【追・楓・交・通】

日本人追楓成癮，他們發現乘搭不同交通工具欣賞楓景，各有特色與姿采。









鐵路 / 電車
北海道開闊的林野，最適合以鐵道之旅串連。一段從道南函館車站到大沼的北斗號特急電車，是很多鐵道迷津津樂道的路線。而大沼國定公園素有「北國輕井澤」之稱，沿岸的風景自然是最大賣點。

船
不少遊客都聽說過遊箱根，最知名的景點必定是蘆之湖的海盜船。潔淨深邃的蘆之湖，夏日的清新綠意早已深植人心，卻沒想到入秋後兩岸逐漸霜紅的楓葉更顯浪漫美養。

纜車
北陸的立山黑部阿爾卑斯山脈是近年極受歡迎的賞楓地點。坐在纜車上飽覽立山連峰，腳下是綠寶石般碧透的黑部湖，由紅黃林木，草綠山谷構成的錦毯盡收眼底，這是一年中最美的季節。

info

賞楓小 TIPS
賞楓時期，溫泉旅館都相當受歡迎，常常遇到客滿的狀況，建議各位旅客提早預訂房間。紅葉顏色變化容易受到天氣影響，建議出發前注意當地天氣狀況。
日本國家觀光局網頁：www welcome2japan cn
日本氣象局網頁：www jma go jp/jma/index htm











由韓遊顧問及旅遊攝影專家 Richard 精心設計行程，預留充裕時間拍攝，並同行指導



內藏山・大芚山・德裕山・母岳山・智異山 KKAB05DL

- **大芚山道立公園：** 於纜車及金剛排雲橋上欣賞延綿山脈楓紅遍遍的美麗景象
- **智異山國立公園：** 韓國面積最大的山嶽型國立公園，山腰處的千年古寺華嚴寺，亦是賞楓勝地
- **德裕山國立公園：** 秋季美景令人讚嘆，茂朱九千洞溪谷為韓國十大觀光園之一

包 美亞旅遊綜合保險
免 全程領隊服務費
包 景點門票及品嚐特色美食

全包價 $7,888起

只辦一團 10月25日出發

內藏山・禪雲山・邊山半島 KKAP05DL

- **內藏山國立公園：** 韓國八景之首，亦是全國第一的楓葉山，深入內藏山及白羊寺2天拍攝
- **邊山半島國立公園：** 韓國唯一一個山水相映成趣的國立公園；海岸地區外邊山及內陸山區內邊山景色，各有特色
- **禪雲山道立公園：** 秋楓美麗的景色與內藏山齊名，還能看到有1500年歷史的禪雲寺

包 美亞旅遊綜合保險
免 全程領隊服務費
包 景點門票及品嚐特色美食

全包價 $8,888起

只辦一團 10月31日出發

反應熱烈
全新路線，再度追楓！

Richard Lau - 專業旅遊攝影家及攝影器材專家，韓國觀光公社「韓友營」之韓遊顧問。觸覺敏銳，喜歡赴韓尋找新景點，常為旅遊局演講及撰寫專欄，與韓國觀光公社合作出版的旅遊指南，包括《韓國櫻花旅攝攻略》、《濟州道自駕遊天書》及《韓楓戀全南旅攝攻略》等。





電話查詢及報名中心 **2722 2888**

www.sunflower.com.hk

繳付尾數 新華旅遊



講者 旅遊攝影家 Richard Lau
日期 9月6日 時間 下午3:00-4:00
地點 尖沙咀彌敦道27-33號良士大廈2字樓貴賓茶座室
留座熱線 2311 7233 (藍小姐) 或 網上留座 www.sunflower.com.hk
即場報名優惠 (名額有限，額滿即止)

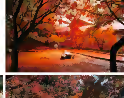
04 Lifestyle travel

台灣

福壽山農場楓紅鮮艷，搭配建築，日本味道濃烈。

戀戀紅葉

賞楓佳期，日韓紅透半邊天。不過如你的假期和預算不多，又想投身紅葉海，其實台灣也是不錯選擇。台灣冬季氣候宜人，楓葉的觀賞期是 11 月至 1 月，可以體驗一下美麗的楓紅步道，楓葉不等人，不妨坐言起行！Ⓟ



台中 福壽山農場

福壽山農場面積廣闊，共有 670 公頃，再加上四季分明，每隔一段時間都會有不同的景觀，有一說法是「一月雪天飛，二月賞桃妃，三月舞櫻花，四月笑蘋梨，五月捻茶香，六月漱菊黃，七月覓桃香，八月品梨甜，九月采蘋樂，十月秋收豐，十一月楓紅艷，十二月盈霜降」，豐富的自然景觀，讓福壽山近年來成為非常熱門的賞楓景點。每年秋天，福壽山農場火紅的楓葉，總會吸引大量遊客前往賞楓，福壽山農場網站也貼心地隨時在網路上公佈松廬跟園區裡楓紅最新狀況，透過網站照片能夠讓遊客了解目前楓況。

地點：台中市和平區福壽路 29 號
賞楓時間：11 至 12 月



陽明山賞楓秘境

很多人時間不夠無法下中南部賞楓，在台北又嫌棄陽明山國家公園內的楓樹不夠多，那你就大錯特錯了，陽明山上除了國家公園靠中山樓有壯麗的楓樹外，還有一秘境是愛楓人士不可不知的。你可在公園入口道路兩旁看到綿延的楓紅，入口處俏皮的打造出歐式木造童話風格，各色楓葉繽紛的如同跳躍的精靈在屋舍或道路上，讓人驚嘆不已。

地點：台北市士林區平菁街 10 巷 13 號
賞楓時間：11 月至 1 月

info

台灣觀光局網頁：
http //taiwan.net.tw/w1.aspx
台灣氣象局網頁：
www.cwb.gov.tw/V7/index.htm



奧萬大素有台灣楓葉故鄉美稱，每到秋天楓紅之際前來朝聖的遊客絡繹不絕。

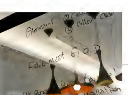
奧萬大國家森林遊樂區

在台灣，擁有「楓葉故鄉」之稱的莫過於全台名氣最響亮的賞楓勝地—「奧萬大國家森林」，在峽谷地形的奧萬大裡遊走，就像是欣賞穿著紅黃相間和服的藝妓在舞動那美妙的韻律般，讓人捨不得移開視線，而這擁有全國最大的天然楓香純林，每逢秋冬楓紅，從賞鳥平台及奧萬大吊橋眺望景色絕對是最美的。

地點：南投縣仁愛鄉親愛村大安路 153 號
賞楓時間：10 月至 1 月


紫花油
點點點...
清新薰衣草·無藥油味
GMP
極速止痕癢
海綿頭設計
方便不沾手
紫花油
紫花滴
蘊含薰衣草油
• 紓緩鼻塞 • 痾嘔肚痛 • 頭暈頭痛
• 舟車暈浪 • 提神醒腦 • 紓緩壓力
香港最優質名品牌
香港製造 信心保證
紫花油
www.hkzihua.com
mannings 萬寧 mannings Plus
watsons 屈臣氏
華潤堂 CRcare
colourmix 卡萊美
卓悅 BONJOUR
HealthPlus 健怡坊
YUE HWA
南華藥房 NAM WAH PHARMACY
及各大藥房藥行有售
香港紫花油大藥廠有限公司
HONG KONG ZIHUA PHARMACEUTICAL LTD.
香港總代理：威發藥業有限公司
(852) 2173 6060
GREAT LIFE
澳門總代理·永康有限公司
(853) 2872 0038

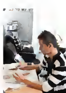




玻璃壁佈

趟門連貫整個空間，增加視覺焦點，Kenny不時於玻璃幕門上寫上自己一些想法和靈感，令空間更具生活感。





Kenny Li

時裝品牌 Fave 創辦人及設計總監，同時是一位多元的香港設計師，涉獵不同設計領域。曾贏得 HKDA 環球設計大獎的銀獎及香港最佳設計獎，將於今年內發表幾何為主題的秋冬時尚便服系列。

網址： www.kennylicreation com



一人 HOME OFFICE

在辦工室勞累一整天，回到家當然希望好好休息，時裝設計師 Kenny 卻是一名徹頭徹尾的工作狂，每天工作十多小時，索性將家居打造成工作室。身為設計師，對美學的觸覺自然格外細膩，有別於一般只能在慘白光管下侷促工作的舊式辦公室，Kenny 位於大埔村屋的家居，充滿灰冷的時尚味道。

TEXT · MICHELLE PHOTO · FRANKY DESIGN · BLUE



自己畫圖則

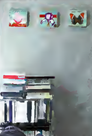
村屋實用率高達八、九成，690呎的實用面積，對獨居的 Kenny 來說相當「好使」，可以自由規劃心中的理想家居面貌，加上數年前曾在家工作，他相當了解自己「生活」與「工作」空間應如何調配，於是索性自行繪畫圖則。為營造 studio 空間，他將原本兩房的間隔拆走，休憩間與工作間採用開放式格局，形成寬敞的工作環境，配合一室的灰色牆身及地板，感覺冷靜平和。

Tom Dixon 吊燈

貫徹工業味的大師作品，四盞平衡放在一起，有種音符式節奏。







時裝設計日新月異，Kenny 表示靈感來自生活，所以不時會出外旅遊，這三個裝飾品是他到泰國翟道翟市場購入的。







Kenny [illegible]完成[illegible]潑墨地板。

地拖作畫筆

規劃完善，裝修的[illegible]程卻處處碰壁，甚至曾經停工，令 Kenny 相當苦惱：「一直希望地板能做到水泥地的潑墨效果，但裝修師傅卻堅持無法完成，直言沒有人會這樣設計。」Kenny 偏偏不妥協，竟然買來寫毛筆字的中國墨水，以地拖作畫筆，大舉在地板上潑上圖案，再在上面打蠟，貫徹全屋甚具玩味的工業風格，這種堅持一如他對時裝的追求，不達到目的不罷休。



櫃子從二手家具店[illegible]，[illegible] 40 年歷史，沒一根螺絲與釘子，全以榫位[illegible]。

報社古董

《浙江日報》報社的樟木[illegible]，有 80 年歷史，即使過了多年仍沒有被蛀壞，用來擺放文件十分實用。

04 Lifestyle home

轉行做時裝

Kenny 的時裝之路並不是一帆風順，畢業後成為 graphic designer，卻一直放不下時裝，最終勇敢追夢是受到英國時裝設計鬼才 McQueen 影響：「開初純粹覺得他的設計很美，但看過他的 catwalk 後，發現不但是走秀，舞台的演出恍如一場藝術表演。」決心跨界發展，Kenny 先在 HKU SPACE 修讀時裝課程，再到英國進修一年，他坦言不後悔這決定：「其實之前的工作經驗，也讓我將幾何的概念與 fashion 融合，成為另類風格。」



時裝設計師必須了解時下潮流，Kenny 直言視野要比別人行前一年，已在構思下一年時裝季度的趨勢。因此家中放了一個模型，讓他任何 [illegible]，成為家中的亮麗點綴。

復古音色

Kenny 兩年前 [illegible] 體，特別鍾情 [illegible] 林憶蓮等的作品

一個人生活

一個人生活，Kenny 從不寂寞，反而更自在寫意，workshop 位於九龍塘，他間時會踏單車由大埔騎到大圍，再乘火車上班。位於三樓的村屋連天台，他也不時邀請朋友來燒烤。現在人人都上網下載歌曲，Kenny 卻仍然保留買唱片的習慣，不論新舊歌曲都會買回來收藏，家裡的 CD 櫃也愈來愈多：「我不喜歡看電視，平時享受一邊工作，一邊用 discman 播歌，覺得 CD 更有質感，可以將它的包裝、設計一併買回來欣賞。」



Kenny 的電視櫃上擺放了數個黃金戰士模型，他因為小時候沒錢買，大了有能力便速自己一個心願。

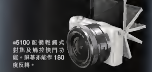




機身細 感測大

不管你對鏡頭的種類是否認識，即使你連焦距也不知是啥，都不要緊，反正換鏡機就是大潮流，像新推出的 Sony α5100，買一個雙鏡套裝回來，簡單拿來一試，誰都可以很快成為換鏡專家。

TEXT‧RINGO PHOTO‧MICHAEL DESIGN‧MAVIS



α5100 配備輕觸式對焦及觸控快門功能。屏幕亦能作 180 度反轉。

相位檢測　瞬間捕捉

α5100 被喻為全球最細可換鏡頭機身，具備多項精心設計的功能，目標是讓用戶隨時都可拿相機出來拍攝生活日常。除了具備大型 APS-C 影像感測器及內置閃光燈外，快速混合自動對焦模式系統具備 179 點相位檢測自動對焦，可瞬間捕捉高速動作並清晰拍攝主體，無論是快如閃電的罰球或活潑好動的寵物，都不會被輕易錯過。

手機平板　互動操控

影了靚相當然要第一時間放上 facebook 跟人分享。α5100 獨有的 "NFC" 功能讓用戶以 one touch 方式傳送，而 Wi-Fi Direct 亦可輕易透過無線方式把相片和短片傳送至兼容的 Android 及 iOS 裝置。用戶亦可以 one touch 連結啟動智能遙控 (Smart Remote Control)，輕鬆透過智能手機或平板電腦的屏幕觸動相機快門，令 selfie 更得心應手。



Info

- 高感光度 2,430 萬像素 APS-C Exmor CMOS 影像感測器及強勁 BIONZ X 影像處理器，拍攝超卓影像質素。
- 以快速混合式自動對焦追蹤功能拍攝富電影感之全高清影片。
- 可調校至 180° 輕觸式 LCD 屏幕配合柔膚效果，自拍完美影像。
- 一系列 PlayMemories Camera Apps™ 應用程可供下載，擴闊創意空間。

售價：$7,490
（5100 雙鏡套裝：機身連 SELP1650 及 SEL55210 鏡頭）

查詢：2345 2966

Dr.Jart+

Not Medicine. It's Derma Cosmetics.

HOLD ME TIGHT

一抹 貼服亮妝

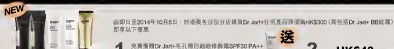


彈力柔滑氣墊BB霜SPF30 PA++

6大亮妝修護功效

・持久貼服 ・均勻膚色 ・高度遮瑕 ・長效補濕 ・美白防曬 ・提升彈性

配以獨特彈性網層，讓BB霜充滿空氣，輕易抹出透薄貼服妝容，全日持久不變色，重塑年輕彈力BB肌。



條款及細則 ・贈品數量有限，送完即止 ・不可與其他優惠同時使用，包括莎莎VIP折扣優惠 ・如有任何爭議，莎莎化妝品有限公司（Sa Sa Cosmetic Co. Ltd）保留最終決定權

莎莎獨家代理

鼻敏感

有「避」無患



每早起床，叫醒你的除了是鬧鐘，也可能是持續打噴嚏、抹鼻涕的噪音。香港人對鼻敏感絕不陌生，平均每三人便有一個患者，親人鄰居同事總有一個在附近。雖不是致命疾病，但始終影響生活和工作。城市污染問題日漸嚴重，鼻敏感是否避無可避？此病的確無所謂「斷尾」，但只要了解病因病情，避開致敏原和建立良好的生活及飲食習慣，便可減低復發機會，告別鼻敏感帶來的困擾。

TEXT・NAOMI PHOTO・網上圖片 DESIGN・BLUE

致敏原是元凶！

路邊吸入廢氣繼而打噴嚏、咳嗽，難道患上鼻敏感？鼻敏感是常見都市病，但大眾對它的認識並不足。吸入冷氣、廢氣時會打噴嚏和咳嗽，是人體與生俱來的防禦機制，以便排走刺激物。如果敏感情況長達30分鐘，才算有機會患上鼻敏感。



如果每周持續數天，或每日有1小時以上出現鼻癢鼻塞、流鼻水、打噴嚏等症狀，可能已患上鼻敏感。



全年性和季節性鼻敏感

鼻敏感大致可分兩類，一是全年性鼻敏感，由致敏原（或污染物）引發，部分患者更會受氣候變化、溫度、濕度等環境轉變，空氣污染或情緒影響，而誘發鼻敏感。二是季節性鼻敏感，俗稱花粉症，多在溫暖潮濕的春夏病發，致敏原多為花粉與霉菌。

鼻敏感屬於上呼吸道疾病，又稱過敏性鼻炎，是指當鼻腔黏膜受到外來致敏原刺激時所產生的過敏反應。徵狀和感冒非常相似，主要是鼻癢鼻塞、流鼻水、打噴嚏等症，惟主要成因來自致敏原。當患者接觸如塵蟎、霉菌、花粉等致敏原後，血液內免疫細胞會產生大量"IgE"過敏抗體，刺激神經線，使鼻黏膜釋出組織胺（Histamine）、白三烯（Leucotrienes）等化學物，引起過敏不適的症狀。如果懷疑患上鼻敏感，可經醫生做表皮針刺或抽血測試找出致敏原，對症下藥。



持久抗敏

天氣變幻莫測容易鼻敏感發作，新一代抗敏藥佳力天能迅速紓緩各大鼻敏感症狀，真正無睡意長效24時，助你天天表現出色。



進擊致敏源

空氣清新機具有不同的針對功能，有的對付油煙，有的對付塵埃，而伊萊克斯的Oxygen™則專冶致敏原。它備有4重過濾系統，包括HEPA13過濾網及創新獨有的PlasmaWave™淨化技術，能有效過濾99.98%的懸浮粒子，包括微塵、塵蟎及花粉等常見致敏原，以及抑制病毒細菌。

六大病徵

- 流鼻水
- 打噴嚏
- 鼻塞
- 鼻癢眼痕
- 鼻水倒流
- 流鼻血

敏感三兄弟

許多人輕視鼻敏感，愛理不理，這樣不但會導致病情惡化，出現如鼻瘜肉、鼻竇炎、中耳炎等併發症，更有可能引發哮喘和濕疹，特別轉季，更是敏感三兄弟發作的高峰期，絕對不能輕率。





TEXT · ALAN & ISAAC PHOT · TEDD DESIGN · CST @POP (廣告)
潔鼻預防敏感
香港氣候溫暖潮濕，塵蟎與霉菌等致敏原容易藏於家內滋生，因此就算家居保持空氣流通，小孩以至成人均仍會不時受到鼻敏感的困擾，因此除了勤於打掃及保持家居整潔外，大家亦應尋找有效的方法來預防及紓緩鼻敏情況。
天然海洋力量
很多人以為，只要保持室內空氣質素良好，即可防止及紓緩鼻敏感狀況，然而鼻敏感人士對某些物質如毛公仔、寵物毛髮、花粉及地毯等東西都會產生過敏反應，而小孩更是尤其容易受到影響，令人防不勝防。
來自法國的安鼻靈防敏潔鼻噴霧，蘊含天然的微量元素及豐富的海洋營養，能保護鼻腔及維持鼻腔在最佳濕度，減低受到空氣污染及致敏原刺激的情況，並能防止及紓緩鼻塞，滋潤鼻腔的同時，亦能有效預防鼻敏感不適狀況。產品不會刺激鼻膜及不含防腐劑，無論是嬰孩、成人及長者均適合每日使用。每日使用2次，便能全面呵護及滋潤鼻腔。
簡易使用步驟
Step 1
打開安鼻靈潔鼻海泉的保護蓋（首次使用時，先按壓噴咀，噴出噴霧後才輕放入鼻孔）
Step 2
將噴咀輕放於鼻孔底部
Step 3
按壓噴咀於鼻孔1次，維持約1秒，於另個鼻孔重複1次
安鼻靈
潔鼻海泉
銷售點：各大藥房藥行 萬寧 屈臣氏及華潤堂有售 查詢：8202 8787



趕絕塵蟎 告別鼻敏感

鼻敏感患者可以透過口服藥物、鼻噴劑及手術等改善病情，但既然致敏原才是鼻敏感元凶，也就是說只要避開誘發鼻敏感的源頭，便能從根本減低病發機會。相信鼻敏感患者最苦惱的，莫過於清潔家居時！家居滿佈塵蟎，床單、枕袋及窗簾等無處不在，打掃時揚起的灰塵更會持續在空氣中飄浮長達4小時，鼻敏感患者應在家人打掃後3至4小時才回家，或者戴上口罩，同時謹記打開窗戶，讓空氣流通，讓塵蟎容易散去。



香港空氣愈來愈污濁，春夏更異常悶熱，空氣中的微塵粒子成為致敏原，令鼻敏感患者噴嚏打不停。



辦公室地毯可隱藏細菌，宜經常更換及清潔。

除了家居，辦公室也是容易誘發鼻敏感的地方。長期留在冷氣間，平均溫度比室外低8至10度，出入一冷一熱，易引發呼吸系統不適。加上中央冷氣系統較難清洗，隔塵網滿佈塵埃，易滋生細菌，密封或環境空氣不流動，又乾又凍，鼻腔及喉嚨黏膜水分不斷流失，微血管收縮變得更乾燥，鼻敏感患者不止會狂流鼻水打噴嚏加重病患，更容易喉嚨乾涸咳嗽，甚至染上感冒。要改善辦公室空氣質素，應定期檢查及清洗冷氣通風喉管，使用空氣過濾器，並確保抽風口遠離污染源頭。辦公室內盡量避免儲存大量紙張，勤清洗地毯，減少塵蟎細菌滋生。



溫和抗敏

鼻敏感非常擾人，如果你不想為了它而服食多餘的藥物，可以選擇曼秀雷敦爽鼻通噴霧。爽鼻通噴霧不含藥性，不會造成依賴，能即時舒緩8種不同致敏源引起的鼻腔不適。獨特的壓縮噴嘴設計，能令洗淨液即時霧化，減少衝擊感，適合成人及小童使用。



健康生活 趕走致敏原

1. 每天打掃家居，但避免用掃帚或雞毛掃以免揚起塵埃，可用吸塵機或地拖，打掃時戴上口罩。
2. 家具選用不吸塵的布料，如以皮沙發代替布沙發，百葉簾代替布窗簾，避免用毛咕哌或地毯。
3. 枕頭、被鋪常以攝氏60度或以上熱水清洗，或在陽光下曬乾，注意要在陽光猛烈時收回，否則晚了濕度上升，會吸引塵蟎依附。
4. 不宜飼養寵物，或避免寵物進入房間範圍，減低致敏機會。
5. 常打開窗戶保持空氣流通，必要時可使用空氣清新機。
6. 戒煙及避免吸入二手煙。
7. 均衡飲食及適量運動增強抵抗力。

TEXT · ALAN PHOTO · MICHAEL OESIGN · CARMAN @POP（廣告）

輕柔通鼻

面對著各式各樣致敏源的侵襲，不少鼻敏感患者都宣布敗陣下來，每天承受著流鼻水及打噴嚏的困擾。一吸，一呼，人生的基本要求好應不被打擾，利用合適的產品來紓緩鼻腔不適，暢通呼吸，助大家重拾舒適的生活。

耳鼻喉專科醫生認可*





曼秀雷敦
爽鼻通噴霧 100ml
$107.9

8效護理 紓緩鼻敏不適

生活環境周遭都充斥著肉眼未必能見到的致敏源，因此大家在防範鼻敏感時，好應選擇適合自己的產品才行。由日本進口，加入了獨特薄荷配方的曼秀雷敦爽鼻通噴霧，不僅能有效清洗及潤濕鼻腔，而且更能即時紓緩包括流鼻水鼻塞、鼻腔乾燥、空氣污染、花粉、鼻子發癢、灰塵及寵物毛髮8種致敏源所引起的鼻腔不適，即時暢通呼吸，加上成分配方不含藥性，每天使用都不會造成依賴，適合每天早晚使用。

市面上一般的潔鼻噴霧產品多使用直噴式設計，大家每在使用時，鼻腔總得承受一定的衝擊力，並或會因刺激及磨擦而造成不適，因此曼秀雷敦爽鼻通噴霧的噴嘴特別加入了獨特壓縮設計，只需輕輕一按，洗淨液便會隨即霧化，均勻溫和地飄散至鼻腔四周，大大減低對鼻腔的刺激，無論是大人或是小孩都可安心使用。



特設的壓縮噴嘴設計能將洗滌液即時霧化，較市面上直噴式設計更輕柔地呵護鼻腔。

*Product survey among private otorhinolaryngologist in Hong Kong (22 PLUS. April 2012)



曾淑玲中醫師
香港註冊中醫醫、香港浸會大學中醫學學士及生物醫學理學士（榮譽）、香港中文大學中醫內科學碩士

鼻鼽 肺脾腎虛所致

鼻敏感在中醫角度稱之為「鼻鼽（音球）」，即流清涕的意思。曾淑玲中醫師認為鼻敏感主要是肺、脾、腎的功能失調所致：「肺主皮毛，掌管人體的第一度防線，肺氣弱時，腠理（即皮膚及肌肉的紋理）不能緊閉，外邪便容易乘虛而入，加上肺氣通於鼻，當肺氣弱，鼻水便不能自收，形成鼻水長流的情況。而脾虛，則易氣血不足，不能滋養肺臟，引起肺氣虛，不能運化水濕，引起鼻水增多。至於腎是先天之本，負責納氣，腎氣不足則會引起氣上浮於鼻，噴嚏連連。另外，如果有風寒，異氣之邪或因某些飲品、食物觸發，甚或鬱熱內蘊侵襲，亦會令鼻敏感發作。」



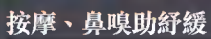
忌冷飲涼茶

曾醫師指出，現代人生活壓力大，休息不足，已令自身抵抗力降低，加上香港天氣悶熱，都市人常身處於冷氣當中，忽冷忽熱更令身體無所適從：「若加上喜歡飲冷飲，更會進一步傷害脾胃，令鼻敏感容易發作。因此患者應避免飲冷飲，涼茶，寒涼湯水或龜苓膏等，另外可留意自己有沒有對某類食物特別敏感，盡量避免加劇病情。」她又指輕視鼻敏感，長期會令臟腑虛弱，引起睡眠質素變差，集中力下降，影響日常生活。在治療用藥方面，因肺氣虛者，可以黃芪，白術，防風調補肺氣；脾氣虛者，可以補中益氣湯健脾益氣；如因腎氣虛者，可以金匱腎氣丸溫腎散寒；如因肺經有伏熱，可以辛夷清肺飲清宣肺氣，建議請教中醫師診治配藥服食。

按摩、鼻嗅助紓緩

按摩穴位：
以雙手中指沿鼻樑二邊按摩 20 至 30 次，令表裡俱熱，早晚各 1 次；

鼻嗅法：
以白芷、川芎、細辛、辛荑磨研混合成粉末，放在小瓶內，需要時拿出來嗅。



虛證食療

黃芪 3 錢、黨參 2 錢、辛夷花 1 錢、蓮子 1 錢、淮山 2 錢、生薑 3 片、大棗 5 粒加瘦肉煲湯。曾醫師說此湯對對虛証患者較有好處，如不肯定身體狀況，應先請教中醫師。







綠柏薇

For A Greener World

法國品質・健康生活

法國銷量領先環保個人護理及家居清潔品牌





全天然 零敏感 濃縮配方 省量高效



全天然防敏感洗手液

乳霜質感，含天然椰油護膚成份，潔淨同時滋潤雙手。適合肌膚特別敏感人士使用。低碳環保。

300毫升



全天然洗髮沐浴2合1

適用於沐浴及洗髮，為肌膚和頭髮帶來溫和的潔淨，不澀眼睛配方，特別適合兒童使用。低碳環保。

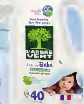
750毫升

高濃縮多用途清潔劑

濃縮高效，可按不同比例稀釋使用，滿足多種清潔所需。家居除塵、去漬、去油污、拖地等，一瓶適用，用後散發植物的自然清香。



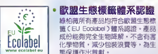
1公升



全天然嬰幼兒洗衣液

專為嬰幼兒及兒童的各種紡織衣物而設，全天然植物配方，溫和潔淨同時安全呵護嬰幼兒幼嫩的肌膚。適用於手洗或機洗。孕婦衣物也可放心使用。

1.5公升



• 歐盟生態標籤體系認證

綠柏薇所有產品均符合歐盟生態標籤（EU Ecolabel）體系認證。產品成份能夠完全生物降解，不含有害化學物質，減少包裝浪費等，為生態保護作出貢獻。



• ARCAA防敏感認證

2012年，綠柏薇44個家居清潔用品獲得ARCAA防敏感認證，成為第一個獲得該認證的清潔用品企業。



掃描QRcode

銷售點：個人護理連鎖店、化粧品連鎖店、百貨公司、各大藥房藥行、EUGENE baby 荷花親子、港匯購 港匯購專門店

網上訂購：www.fingershopping.com (可於全線 OK 提貨及付款) FINGER SHOPPING / www.baby-kingdom.com / shop.superhome.com.hk　L'Arbre Vert HK

香港總代理：洛鋒發展(香港)有限公司　電話：852-2372 9102　傳真：852-2372 9100　電郵：sales@mtheal.com　請即登入 www.arbervert.com.hk



幸福始於抗疫

就地理而言，甚少出現地震、海嘯、龍捲風等嚴重天災的香港，從來是片備受祝福之地。然而 2003 年爆發沙士疫情，讓向來安逸的我們面臨一個史無前例的重大挑戰。疫症無情，卻提醒大家幸福非必然，我們需保持警惕去防禦病毒的入侵。今天，世界又再受到致命惡菌——伊波拉病毒的威脅，世衛更估計在疫情受到控制之前，恐怕還會有二萬人受感染。所謂「十年人事幾番新」，面對著有可能比沙士更兇惡的細菌病毒，你準備好打這仗持久的抗疫戰未？

TEXT · CLAUDIA · ALAN & SORA DESIGN · MAVIS



智能感應調節

採用創新獨有PlasmaWave淨化技術的Electrolux Oxygen空氣清新機，能有效消除99.9%的空氣細菌及殺死99.6%空氣中傳播的流感病毒，配合三大智能感應器，可自動淨化空氣。





力拒家居惡菌

若要將你的家居與陌生人分享，你大抵會即場拒絕，然而諷刺的是，很多人每天都不自覺地跟細菌分享生活空間，讓健康不自覺地承受著日積月累的威脅。其實，細菌縱然容易在家中滋生，不過只要清潔有法，家居還是你與摯親的溫馨小天地。

客廳

保私隱，怕曬，有光害，統統都可以是客廳不開窗的理由，不過每天只靠空調去調制室溫，細菌於不流動的空氣內卻會持續滋生，長此下去，客廳便會成為養毒養菌的繁殖場，遇著家有成員病倒，更會容易令客廳成為微型疫區。

除菌 Tips

開啟空調非REE罪，重點是要定時整理過濾網及清潔出風口，確保機器輸出的空氣擁有理想的質量。如配合空氣清新機使用，更可進一步淨化家中的空氣，驅走廳中的病毒與細菌。

締造清新空間

專為小朋友而設的Airfree Baby Air空氣消毒殺菌機，採用專利獨家TSS技術，以200°C高溫清除多達99.99%的空氣病毒，而且操作寧靜，適合置於小朋友睡房。

浴室

浴室環境潮濕溫暖，是霉菌滋生的溫床，而20°C至30°C的空間更是牠們活動力最為旺盛的環境。每在沐浴過後，水垢與皂垢的積聚，加上空氣不流通，便會使浴室變成霉菌的安樂窩，容易令人出現皮膚及呼吸道問題，並傳出陣陣不適難聞的氣味。

除菌 Tips

早前興起「慈善拔數熱」，人人都趕緊去淋淋冰水共襄善舉，其實，識淋，當然要在沐浴後才淋，並順道以冷水沖洗牆壁及地板以達降溫之效，抑制霉菌滋生，一水兩用，自然不會被視為浪費。



無菌駕駛樂

私人座駕是不少都市人代步的交通工具，尚芳的Bubble納米汽車專用空氣殺菌器，純草本精華能有效殺滅車內空氣的細菌達45日，有助改善車內的空氣質素。



廚房

作為處理食材的地方，廚房可能是家中含菌量最多的角落，而爐灶，抹布，廚具及砧板等更是滋生及傳播細菌的高危地方。於廚房內，大腸桿菌及沙門氏菌尤為常見，如在煮食期間使用沾有細菌的廚具，便有機會將細菌傳播開去，引起食物傳染的疾病。

除菌 Tips

應使則使，絕非浪費，使用即棄的抹布及紙巾，便可減低細菌滋生的機會。如習慣使用抹布及海綿，亦可每天將它們放入微波爐「叮」30秒，利用高溫來消毒。此外，爐灶與瓷磚亦要定時清潔，預防細菌滋生。



呼吸清新空氣

人的生活離不開空氣，可是香港的空氣污染問題嚴重，微粒病毒無處不在，不但引發鼻敏感、呼吸道感染、哮喘等毛病，更會使近年經常出現的流感病毒、大腸桿菌、金黃色葡萄球菌等病毒擴散，影響健康。想每一口氣都得到健康保證，我們應在家居做好防護工作，為家人選擇一部高性能的空氣清新機。

Electrolux Oxygen™ 空氣清新機
EAP300-U $3,980
(另備有 EAP150-U 型號 $2,680)

國際認可　倍感安心

瑞典品牌 Electrolux 推出全新 Oxygen™ 空氣清新機，以先進技術裝備了多個過濾系統，為你打造一個安全潔淨的家居環境。全韓國製造的它更得到多個國際認可，包括美國家用電器製造商協會及瑞典哮喘與過敏反應協會，證實其清潔過濾效能卓越。另外，Oxygen™ 空氣清新機獲得高評級之 CADR，即國際認可的清潔空氣輸出量度單位，比率愈高，表示空氣淨化量愈多，效能愈高，特別適合擁有幼兒、長者及患有哮喘病或過敏症人士的家庭使用。

從此遠離病毒細菌

明白到空氣污染對健康的威脅，Electrolux Oxygen™ 空氣清新機特別配備創新獨有的 PlasmaWave 淨化技術，不論是寵物毛屑、毛髮、香煙粒子等較大的污染粒子、或大腸桿菌、流感病毒、金黃色葡萄球菌等細菌、以及甲醛、苯及揮發性有機化合物等氣體分子，都能有效去除達 99.98%。配合 HEPA13 過濾網，有效去除高達 99.9% 的霉菌、真菌和具刺激性的細塵，而且有效抑制花粉及致敏原高達 99.98%，高效潔淨空氣，助家人遠離病毒細菌。

查詢：2262 1623　**網址**：www.electrolux.com.hk

Live Healthy
STAY STRONG

無懼流感病毒

每天上班下班、吃飯工作，生活如常精彩，但病毒與細菌原來亦如常存在。很多人都抱著「眼不見為乾淨」的心態，覺得生活空間看似潔淨便稍為鬆懈，但病毒與細菌的厲害之處在於它們不為肉眼所見卻能充斥於四周，因此大家好應在日常間提高個人衛生意識，定時潔淨雙手，減少健康受到威脅的機會。



乾濕紙巾 皆能殺菌

市面上能有效殺滅細菌的紙巾產品並不多，而全新推出的 Tempo Protect 抗菌倍護乾紙巾是唯一一款能有效殺滅 99% 流感病毒的紙手巾，經歐洲實驗證明，能同時將甲型豬流感（H1N1）、禽流感（H5N1）流感病毒，以及金黃葡萄球菌、白念珠球菌及大腸桿菌等一併殺滅；Tempo Protect 抗菌倍護濕紙巾亦一樣能殺滅 99% H1N1 流感病毒及上列細菌，給予大家雙手更全面及安心的呵護。

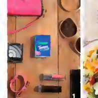
由於生活四周都遍滿病毒與細菌，大家可透過運動及均勻飲食來增強抵抗力，配合日常中勤潔手，流感病毒與細菌侵擾身體的機會自然更低。當然，每天帶備 Tempo Protect 抗菌倍護乾、濕紙巾，亦可以為抵禦流感設下第一道防線。

有些人會擔心坊間的殺菌產品會對皮膚造成傷害，不過 Tempo Protect 抗菌倍護配方已添加了蘆薈及維他命 E，且不含酒精，並已通過皮膚科測試，可安心使用；濕紙巾以更堅韌而柔軟的全新布質製成，適合一家大小使用。













1 懂得呵護肌膚的你，當然懂得在補妝前先潔淨雙手。

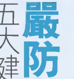
2、用餐前，應習慣以紙巾抹拭雙手，將細菌與污垢一併抹走。

3、容易積藏塵垢細菌的電腦鍵盤，含菌量一樣很高。

查詢 | 2722 6844







五大健康危機 嚴防

市場開放，除了能帶來更多新商機外，也意味著有更多來自不同地方的人進出境內。人流愈多，細菌便相對愈多，特別是在如今人口密度早已超出負荷的本港。因此我們絕不能怠慢，除了要保持家居清潔外，也要時刻做足保護措施，以減少感染細菌病毒的機會。為此我們特別列出五大健康危機，你會發現，原來我們每天接觸的東西，原來就是細菌的窩藏點……

1 辦公室滑鼠、鍵盤

英國消費雜誌“Which”曾作出調查，發現辦公室電腦滑鼠及鍵盤的含菌量，比摔過的馬桶座墊高達5倍之多，足以讓接觸的人產生腹瀉或胃痛等症狀。這主要是因為上班族經常邊吃東西邊工作，令座位上留下食物碎屑，且不常清洗電腦產品，讓細菌不斷繁殖。

除菌 Tips

減少在辦公桌上進食，並定期用消毒酒精或紙巾擦拭辦工設備。每天上班前不妨將鍵盤反過來輕輕拍打，必要時可使用專用毛刷及小型吸塵器，徹底清除縫隙內的灰塵。

2 交通工具扶手、座椅

有研究發現，冷氣系統是細菌的培養箱及傳播器。在香港，幾乎所有交通工具都使用冷氣調節室溫，細菌無處不在，如果免疫系統稍弱，很容易從扶手或座椅沾有細菌。而且每到繁忙時間，人與人之間的距離很近，如果遇著欠缺公德的人患病不戴口罩的話，便容易被感染。

除菌 Tips

乘搭交通工具後應清潔雙手，回家後也應勤洗衣物。即使未能每天清洗，也最好把穿過的衣物放在通風位置自然風乾，以免成了細菌滋生和傳播的載體。

時刻殺菌及護膚

要時刻保持雙手潔淨，可隨身攜帶全新推出的Tempo Protect抗菌倍護配方濕紙巾，有效殺滅包括甲型豬流感（H1N1）、大腸桿菌、金黃葡萄球菌及白念珠球菌等達99%，加上蘆薈及維他命E成分，同時呵護雙手的肌膚。



3 環保袋

為了實踐低碳環保的生活態度，愈來愈多人使用環保袋。然而環保袋經常盛載著生肉、蔬菜、罐頭等，容易沾上細菌。美國研究指出，環保袋內的含菌比例高達99%，當中更包括有機會致命的大腸桿菌及沙門氏菌，情況令人擔憂。

除菌 Tips

甚少人有清洗環保袋的習慣，建議每周以熱水或漂白水清洗環保袋，並使用不同環保袋，分開放置生熟食物。



4 自動櫃員機

香港理工大學進行的研究顯示，在400部提款機中發現約15%帶菌，當中2部更帶有可致命的社區感染抗藥性金黃葡萄球菌。短短幾分鐘，錢提到了，細菌也隨手可得，若隨後又揉眼，撲鼻的話，容易受感染致病。

除菌 Tips

使用自動櫃員機後不要摸臉，盡快使用洗手液或酒精搓手液洗手



5 手機

很多研究也指出手機表面含有大量導致腸胃疾病的細菌，而且依賴手機的習慣，讓我們任何時間都帶著它，手機沾滿口沫，食物殘渣、湯汁等髒物，而且我們偶然會借給朋友玩一下，有可能會交叉感染，若再取用食物時，隨時會病從口入。

除菌 Tips

定期以消毒酒精清潔手機表面，日常避免把手機放在餐桌上，以免沾上食物殘渣滋生細菌，也建議使用免提聽筒，減少手機與面部和口唇部位的接觸，防止飛沫傳染。

Shang 尚芳

克雷伯氏肺炎菌
乙型流感病毒
甲型H1N1流感病毒
白色葡萄球菌
金黃葡萄球菌
退伍軍人桿菌
大腸桿菌

尚芳隨時隨地　保障家人健康

締造健康空氣優質生活空間
時刻守護您和家人的安樂窩

「尚芳納米空氣抗菌系列」由香港浸會大學中醫藥學院*與尚芳保健合作研發，研製七年、香港製造的「尚芳納米空氣抗菌系列」，以中藥草本提煉精萃，成份天然環保，配合最新納米科技，有效殺滅空氣中七大病菌及舒緩鼻敏感，為您和家人締造優質及健康空氣的生活空間，守護您和家中至愛的幸福與未來，是尚芳保健的願景和使命。





Aboriginal 適用於 家居 室內、辦公室

Bubble 適用於 車廂內 出風位置

Cameo 適用於 直接呼吸、方便攜帶

Dose 適用於 公共場所





Flara 適用於 家居 室內 辦公室

Grand 適用於 大範圍 室內環境

尚芳抗菌口罩 適用於 任何場合



HOOK -尚芳納米全方位空氣殺菌機
(茉莉花香味及水蜜桃香味)

DOSE LITE - 輕便空氣殺菌噴霧
(茉莉花香味及水蜜桃香味)
輕便殺菌噴霧　方便攜帶
適合戶外使用　外遊或公幹必備



用家體驗～

殺滅引致呼吸道疾病及肺炎的細菌
尚芳納米空氣抗菌系列經多項臨床試驗及權威機構驗證 —

香港及澳門總經銷：
大昌貿易行有限公司

顧客服務熱線：
(852) 2357 9798

Hong Kong Leaders' Choice 香港企業領袖品牌2014

銷售點
EUGENE baby APITA BamBini 齡記書店 Lcx PIAGO impark SOGO Bazaar Online Shop Bonbonniere Maisons
指定藥房有售

銷售點 Point of Sale



Shang 尚芳納米空氣殺菌機
空氣殺菌機
www.shanghealth.org







先要強身 抗疫

面對著各式病毒與細菌來勢洶洶的威脅，加上新型病菌亦會隨時爆發危機，與其盲目搶鹽搶醋或每餐吃板藍根，不如務實地提升個人的免疫能力。免疫能力就是我們最可靠的私人醫生，除了養成健康的生活習慣外，原來善用家中植物的力量，亦可協助大家增強免疫力及抑制細菌的滋長。

平衡 健康原則

免疫力低，當然容易受到細菌與病毒的感染而病倒，不過每次生病都需要很長時間才能復元，這亦是免疫能力不健全的癥兆。所以當察覺到免疫力變弱時，應保持均衡的飲食以吸取充足營養，並補充含鋅、硒及高蛋白質的食物，同時保持有規律的生活習慣，維持足夠的運動及睡眠，以提升免疫力來抵禦疾病侵優。

植物力量 抗病健體

室內植物除有觀賞價值外，其實亦對改善環境質素及人體健康大有幫助，不僅可將室內的二氧化碳轉化為氧氣，而且亦會釋出大量具有一定抑菌作用的揮發性物質，協助清除空氣中的細菌與病毒。植物能調節空氣中的負離子濃度，根據大量研究及臨床實驗顯示，負離子具有多種生物效應，能發揮除塵及淨化空氣的功能。此外，綠色植物有放鬆心情及穩定情緒的作用，對人體的身心健康有著正面影響。

吸收有毒化學物質的植物



蘆薈、吊蘭、虎尾蘭、一葉蘭、龜背竹等

用處 空氣的清道夫，可清除當中有害物質。有研究表明，虎尾蘭和吊蘭可吸收室內80%以上的有害氣體，跟蘆薈一樣，都是吸收甲醛的好手。

抗輻射的植物



仙人掌、寶石花、景天等多肉植物

用處 具有吸收電磁輻射的作用，在家庭中或辦公室中擺放這些植物，可有效減少各種電器電子產品產生的電磁輻射污染。

具抗菌功效的植物



玫瑰、桂花、紫羅蘭 茉莉、鈴蘭、紫薇等芳香花卉

用處 具有特殊香氣或氣味的植物，能產生對人無害的揮發性油類，而蚊子、蟑螂、蒼蠅等害蟲嗅到就會避而遠之。這些特殊的香氣或氣味，有的還可以抑制或殺滅細菌和病毒。

具除塵作用的植物



蘭花、桂花、臘梅、花葉芋、紅背桂等。

用處 當中的纖毛能截留並吸附空氣中的飄浮微粒及煙塵，是天然的除塵器。

減少感冒發病率的植物



文竹、秋海棠屬植物、天竺葵等

用處 這些植物能分泌植物殺菌素，有助抑制感冒發病率。













Beauty iconic style

Never Too Young to Start

TAVI GEVINSON

「成名要趁早」，來[illegible]路時代，更是[illegible]司[illegible]她[illegible]落格 The [illegible] Rookie，造就每月 50 萬點擊率，進而令她獲邀坐在各大時裝 show第[illegible]排位置，更與美國 "VOGUE[illegible]編 Anna Wintour 並排一起看 show[illegible]看這[illegible]女孩的 blog，造型打扮怪異[illegible]分有個性，年紀雖小卻眼光獨到，顛覆人們[illegible]時尚的看法。現在[illegible]7 歲的她也親自創作各種有趣的攝影作品和影片，更創辦電子刊物 Rookie，想當年[illegible]7 歲的你，應[illegible]閱試，初戀已夠癡狂[illegible]之時，Tavi 已經走前了[illegible]多步

[illegible]‧KIMMY PHOTO‧YIXO DESIGN‧QUEENIE

"NEVER LIMIT YOURSELF TO WHAT PEOPLE EXPECT FROM YOU."

成為史上最年輕，最具人氣的 style blogger 已夠名留青史，15 歲時的 Tavi Gevinson 還有更遠大抱負：發行雜誌。她主理的 "Rookie" 開宗名義就是「新手」之意，意味雖在時裝界已有江湖地位，但 Tavi 一直將自己視為初學者一般探索。很多人以為少女雜誌 "Rookie" 不過又是一個追星 gossip 或是討論節食的網上雜誌，一路走來，"Rookie" 證明了這是個承載純粹美感與有趣文字的地方，針對時髦的青少年，更希望助讀者培養文化藝術的興趣，這是許多少女雜誌所沒有的。為了讓雜誌更具深度，"Rookie" 的編輯團隊共有 37 位，其中不乏在 "Harper's Bazaar"，英國版 "Vogue"，英國時尚文化雜誌 "Dazed & Confused"，《洛杉磯時報》等媒體任職過的編輯。

05

Beauty

iconic style

SWEET INSPIRATION

雖然年輕的 Tavi 常以紅唇示人，試圖加點女人味，不過甜美的粉紅色才是屬於女生的顏色。紅粉菲菲的雙頰或朵上淡淡粉紅的雙目，才是青春標記。



1. **M.A.C** · Casual Colour Lip & Cheek Colour # For Your Amusement $185 / 13ml
2. **too cool for school ArtClass** · Colors for all #Creamy Nude $120
3. **REVLON** highlighting Palette #020 Rose Glow $98 / 7 5g
4. **RMK** · Matte Shiny Cheeks #03 Light Pink $410 / 6.8g
5. **Clio Virgin** Kiss Lipnicure #2 Nasty Pink $tbc / 4 7g
6. **Lss Mervsilleuses** · LADURÉE Cheek Brush #ALAAZA $580
7. **NARS** Lipgloss #Tasmania $240
8. **Bourjois** · Waterproof Eyeliner #58Pink about you $tbc
9. **shu uemura** · drawing pencil #Me Pink 12 $tbc
10. **M.A.C** · Sharon & Kelly Osbourna Patentpolish Lip Pencil #Patentpink $195 / 2 3g
11. **too cool for school ArtClass** Pointage $140 / set
12. **too cool for school ArtClass** Impasto #1 Pink / #3 Lavender $100
13. **LANEIGE** Pure Radiant Blush No.3 Angel Pink $240 / 4g
14. **M.A.C** Rich Lipstick #Ladias who lunch $230 / 3 6g
15. **shu uemura** · brave beauty · rouge unlimited Lipstick #rose $tbc / 3.2g

時尚圈不過是高中校園

時裝界仿佛是充滿 fantasy 的地方，可是十多歲的 Tavi 早早看透這個虛偽的圈子 「時尚圈真的很怪，根本就是個高中校園，時裝周像一間充斥是非的學校，讓我非常失望。我愛時尚，但讓人難過的是在真正接觸到時裝的本質之前，你必須經歷許多無聊是非的考驗，更糟的是有些服裝設計其實非常沒趣。最近我開始朝不同領域去尋找靈感與創作，我想念以前大量閱讀雜誌的時候，或者是沉迷在 style.com 的日子，但現在的生活完全不是這麼一回事了。」成年人總是虛假地粉飾太平，多少潮人被拍了一兩張街拍，看一兩場花生 show，自覺晉身其中就往自己臉上貼金。難得 Tavi 小姐如此誠實，大膽，透徹地，揭示時尚界實況。



CHECKED LOVER ♥

Tavi 的成名，你可以說是天時地利人和，但小小女孩對時裝的見解確實精闢，她曾表示，「我不會把自己看待得太認真，亦不把時裝看得太重要。最終有意思的是衣服本身，而不因為它們漂亮好看，是應該說它們是有意義的，服裝也可以成為藝術品。」剛於 high school 畢業的 Tavi，明年升讀大學，由細到大的生活照，她不時也穿上格子裙，學生哥的 college look，當然離不開格子圖案。

Shoplist

(a)agnes b.：2918 1505
(b)bread n butter：2196 8499
(c)Lab Concept：2118 3599
(d)UNIQLO：2577 5811
(e)PEDDER RED：2118 0130
(f) Vivienne Westwood：2375 9688
(g)Ted Baker：2918 9609

16.bread n butter · red & black checked knit dress $999 (b)
17.bread n butter · blue & black checked knit skirt with lace $699 (b)
16.UNIQLO · multicolor checked shirt $249 (d)
19.Pedder Red · red & black checked lace-up boots $1,290 (e)
20.AmericanRetro · black & grey checked skirt $1,700 (c)
21.Vivienne Westwood · multicolor checked handbag $6,430 (f)
22.Ted Baker · pink checked socks $250 (g)
23.agnes b · green checked coat $6,590 (a)
24.agnes b · green checked scarf $990 (a)

05
Beauty
iconic style

SKIN CLEANSING

由於人的面部會直接接觸到外界，面部分泌的油脂和空氣中的塵埃會混合而附在面部，隨時導致毛孔堵塞感染，青少年面油分泌特別多，濕度高的夏季，令皮膚底層的油分及水分失去平衡，油脂分泌愈加旺盛，一旦疏於清潔，即滿面暗瘡、黑頭及粉刺。因此在潔膚過程中，必要徹底潔淨隱藏在毛孔中的油垢，選用潔面產品時，最好選擇具控油功能的。

25

26

27

28

25. Back to Sixteen Whitening RICE Scrub $98 / 80ml
26. Clinique liquid facial soap oily skin formula $tbc / 200ml
27. Kiehl's Ultra Facial Oil-Free Cleanser $175 / 150ml
28. l'occitane Angelica ultra Foaming Cleansing $180 / 150ml

06 Fashion snap

挑釁者

the Provoker

「你有壓力我有壓力，[illegible]咩挑[illegible]相信誰也不會[illegible]倫敦的時尚博主 Nat[illegible]oy 以[illegible]為[illegible]時尚博客 the P[illegible]名 blogger，他曾多次[illegible]Lo[illegible]fash[illegible]及與眾多名人明星[illegible]括 Chanel 設計師 Karl Lag[illegible]模劉雯等，是近年最火速走紅的英國 fashion bl[illegible]博客推動人們多嘗試大膽造型，以玩樂心態享受時裝。

TEXT・ELTONSWK PHOTO・TEDD & THE PROVOKER 圖片提供 DESIGN・QUEENIE

Blogger : Nathan Moy

生於芝加哥，父親是美國華人，母親是香港人，兒時在香港生活，小學畢業開始遊走西方國家，曾到美國就讀寄宿學校和國際學校，現於 London Central Saint Martins 修讀最後一年的 fashion design & marketing 課程，亦曾在著名時裝品牌 J.W Anderson 及 Alexander Wang 擔任實習生及 freelance fashion consultant。



Age：23
Height：168cm
Instagram：THE_Provoker
Facebook：Nathan Moy
Email：Nathan@The-provoker.com
Blog：www.the-provoker.com

博客之路

Nathan 自稱挑釁者，源於朋友曾戲謔他的日常造型像是要挑釁人，令 Nathan 靈機一觸想到，為何有人對誇張大膽的造型那麼抗拒，甚至認是挑釁呢？於是他以小楷開首的 the Provoker 命名自己的博客，以諷刺的方式說明自己並不是唯一的挑釁者，希望更多人加入這個挑釁者行列，不再過分執著於 formal 的衣著配搭。





m：甚麼促使你寫時裝博客？

N：大概在 2011 年 2 月開始寫，最初只想紀錄每天造型，後來發現 fashion blog 對我在時裝界的發展非常有幫助，於是開始認真構思以女裝男著為主題，加上挑釁者的稱號來製作這個時尚博客。

m：穿搭衣服會有 fashion rules 嗎？

N：當我穿搭衣服時沒有靈感，會用很多 basic fashion accessories 作為配搭，將整個造型的重點由衣著轉到首飾上，例如頸鏈及配件等，藉此在不同位置加插 layers 來提升視覺效果。我挺喜歡收藏奇形怪狀的 accessories，曾幾何時收藏過 olympia le tan 一個模仿舊書的限量版 clutch，手工精細無比而且表面全是用繡花製成，單單一件配件已令整個造型變得非常 eyes catching。

m：怎樣保持博客的人氣？

N：沒刻意去做，自數月前起博客人氣突然急速上升，可能因為我一直堅持不斷更新內容，亦會參考其他 blogger 去改善自己的 blog。重點是我盡可能保持自己原有的 style，不會只為滿足 PR 而穿帶違反風格的時裝單品，所以博客才會漸漸受注意。曾有親友在網上搜尋器上找 trench coat，碰巧找到我在博客的照片，然後透過博客跟我聯絡聚舊，非常巧合呢！

KENZO SUNGLASSES
CÉLINE SHIRT
VINTAGE JEANS WRANGLER
DRIES VAN NOTEN SANDALS
DRIES VAN NOTEN STAR BRACELET
KURSHUNI THIN NECKLACES
VAN CLEEF & ARPELS
BLACK CLOVER NECKLACE
DRIES VAN NOTEN
LONG NECKLACE WITH RED ENVELOP
VINTAGE GOLD WATCH
CHRISTIAN DIOR PEARL RING
KISMET SMALL RING WITH BLACK DETAILS
WHISTLES CLOVER KEY RING
CHANEL VELVET TWEED BOY BAG
(All items are womenswear)

06 Fashion snap

SNAP from Nathan's Blog

女裝男著小 Tips

男孩們如果平時沒有買女裝的習慣，可以嘗試從購入下身衣物開始入手，例如緊身褲和裙等，因為女裝的剪裁比較修身，男士穿著效果會更筆挺。盡可能選購布料具彈性且剪裁簡單的款式，尤其是裙款，方便作不同可能性的配搭。

GIVENCHY
BLAZER, CLUTCH & SANDALS
PRADA
SHIRT
HEART & NOBLE
NECKLACE, BRACELETS & RINGS
CÉLINE
TROUSERS



SANORO BEANIE
OOLCE & GABBANA SUNGLASSES
CHANEL JACKET & BACKPACK
MCCARTNEY TOP STELLA
WRANGLER JEANS
NO NAME SNEAKERS

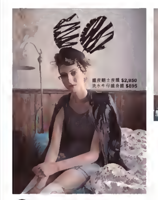




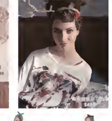
MAISON MICHELHAT
GIVENCHY BLAZER
CÉLINE SHIRT
ZARA PLEATED trousers
ACNE STUOIOS CLUTCH & BOOTS
CÉLINE SUNGLASSES

JYLLE NAVARRO
BEANIE
WESTWARD LEANING
SUNGLASSES
TOPSHOP
COAT UNIQUE
VINTAGE
SHIRT
UNIQLO
JEANS
BUFFALO
CREEPERS
HENRI BENDEL & COS & ASOS
BRACELETS



















Salad in 14 F/W

MOULIN ROUGE

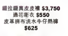
女生兒時總憧憬自己能夠成為鎂光燈下的主角，幻想著穿上一身華衣美服，風姿綽約地站在炫目的舞台上表現自己。Salad於今季秋冬系列的「MOULIN ROUGE」系列以璀璨的紅磨坊為主題，設計師從時尚夢幻的歌劇院和馬戲團中取得靈感，利用金、紫和彩藍色為主調，加入奢華炫目的印花圖案，打造出一系列極具視覺效果的單品，延續每位Salad lover兒時的美好夢想。

綴拉鏈真皮皮褸 $3,750
通花衛衣 $550
皮革拼布洗水牛仔熱褲 $625

綴拉鏈真皮皮褸 $3,500
麋鹿圖案上衣 $495
綴嘜士牛仔熱褲 $595

綴毛毛帽真皮皮褸 $4,650
貓貓圖案長袖Tee $395
石磨洗水修身牛仔褲 $750

真皮騎士皮褸 $3,350
貓貓圖案橫間長袖Tee $525
皮革拼布貼身牛仔褲 $850





暗花洗水牛仔褲 $850

麋鹿印花連身裙
$695



真皮騎士皮褸
$3,350



綴毛毛帽真皮皮褸
$4,650

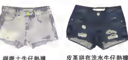


真皮手挽袋
$2,950



花花圖案印花真皮皮袋
$795





綴嘜士牛仔熱褲
$595

皮革拼布洗水牛仔熱褲
$625



復古圖案通花上衣
$595



復古牛仔褸
$750

Salad專門店

香港 太古城 2670 5578 崇光百貨(銅鑼灣) 2831 8418 亞太中心 2723 7600 The ONE 2489 8703 新世紀廣場 2380 8328 朗豪坊 3514 4021 新城廣場 2332 0166 德福廣場1期 2758 1015 荷里活廣場 2657 2220 apm 3148 6181 黃埔花園2期時尚坊 2363 2322 新城市廣場三期 2682 8105 新都會廣場 2422 3628 千色Citistore(荃灣店) 2419 0281 荃灣中心 2688 2823 屯門市廣場1期 2778 3922 V city 2524 8122 PopCorn 2618 8913 青衣城 2435 0155 上水廣場 2653 1230 元朗廣場 2470 9760

澳門 利景大廈 (853) 2835 5679 And also available at bauhaus











Salad (The Official Page) salad_hk bauhaus_hk bauhaus_tough_salad bauhaus HK

www.salad-jeans.com
a member of bauhaus

Online Shop:



www.online-bauhaus.com



後殖民的淡淡憂鬱

[illegible]殖民」一詞在 97 回歸前後經常聽文化圈朋友提及，時光[illegible]，回歸 17 年，「後殖民」三個字也許已經成為歷史本身，不[illegible]有人提起。劇團前進進本年度力作《後殖民食神之歌》改編自[illegible]斯小說《後殖民食物與愛情》(2009)，重新提起後殖民，導[illegible]陳炳釗認為，只有在浮躁不安的情況下，才會出現這個字眼。

TEXT・JILLSANDY PHOTO・WAI DESIGN・QUEENIE

動盪中自處

導演[illegible]同「後[illegible]」一詞[illegible]使連學者都極少提及，[illegible]補充了一點：「社會[illegible]沒人提及後殖民，但近年有[illegible]到『殖民』一詞。這些字眼在太平盛世，心境平靜穩定時不會用到。」一經[illegible]起，即此時此刻社會處於不平靜的狀[illegible]。

不穩定，更需要冷靜。是以這次《後殖民食神之歌》並非直接呈現眼下的社會情況，而是大家抽離一點，冷靜一點回望歷史，副導演馮程程 (Vee) 說：「希望從歷史中汲取養分，學懂如何在動盪中自處。」

是次改編也斯的小說，原著本身[illegible]寫得極抽離冷靜，阿釗說：「也斯的作品向來不走沉重路線，從來不會令他自己和讀者沉浸其中。他追求淺白、地道、生活化，即使幽默和憂鬱都是淡淡的，因為他以抽離的角度書寫。」

You are what You Eat

是以阿釗希望以淡淡的幽默，呈現香港人在身分上淡淡的憂鬱。也斯筆下的故事，拷問香港人身分的問題，不過並非煞有介事地問，態度反而屬於輕鬆平常。You are what you eat，食街邊小吃就是草根？到文華 high tea 又是否受英國文化影響的孤臣孽子？也斯不斷借這些角色的日常飲食來發問。

吃了這麼多食物之後，既草根又中產的這個人，又會是誰？沒完沒了的問題，全因「香港人身分」這個議題，由 97 後開始一直在變。97 時，香港人多問香港是甚麼地方，為地方定位，同時也為香港人定位；而現在，香港人說自己是香港人，多是為了與內地人劃清界線，Vee 說：「認同身分的方法改變了。」

滿桌政治符號

由小說的「食物與愛情」變成舞台劇的「食神之歌」，集中談食，必定有原因。阿釗說：「香港人喜歡食，但飲食作為對自己身分的一種象徵，香港人又好像不太介意吃甚麼，不像日本人或法國人般重視食物或飲食的傳統。例如大家認同菠蘿油好代表到香港，但當菠蘿油變質，大家還是沒事一樣繼續吃。」例如劇中食神一角好維護老食店，希望店主能守持質素；事實是香港這個地方，守持太艱難，食神亦因此動火。

或許變幻才是永恆，Vee 說：「97 時我們常提到鴛鴦奶茶，茶餐廳是香港的飲食特色，但好快又 fade out 了；這幾天在談炭爐雞蛋仔，因為街邊小食式微了。這些微小的生活細節，其實跟大環境有密切連繫，大環境推著我們向前走，讓我們著眼在一些快要消失的東西上。」跟阿釗和 Vee 談食，滿桌都是政治符號。

真煮真食

在宣傳單張上，最吸引的並非誰是導演誰是主角，反而是「烹飪顧問」一職。Vee 說：「因為食神一角會邊煮邊演，當然並非韓國 show 那些，而是慢切細剁。」假煮既方便又環保，但阿釗還是喜歡真煮：「因為只有真煮，那種色香味的官能刺激，才能勾起觀眾最切身和真實的回憶與感覺。」雖說觀眾有機會試食，但為免愈看愈肚餓，觀眾最好還是用餐後才進場。

《後殖民食神之歌》

日期及時間：
9 月 19 至 21 日
晚上 7 時 45 分
9 月 20 至 21 日
下午 2 時 30 分
地點：香港文化中心劇場


導演陳炳釗　副導演馮程程

荷里活清泉
《一切從音樂再開始》

相比高呼「人生滿希望」的空洞口號，《一切從音樂再開始》(Begin Again) 的正能量來得真實而淡然。人生最困難之時，不會記得誰跟你滿嘴道理，只會記起默默地陪你走過低谷的那位。導演 John Carney 成名作《一奏傾情》(Once) 與新作《一切》幾乎是同一套路，以音樂改變人生，不同的是由獨立製作走進荷里活，以清泉姿態步入主流。

TEXT・JILLSANDY DESIGN・CARMAN




同中有異

兩顆寂寞又失落的心，因某些原因而漸行漸近，相逢恨晚的相遇相知，並沒有曲折離奇的情節，能做到感人得來又富清新感，這就是導演的功力。導演 John Carney 前作《一奏傾情》(2007) 是很好的示範，《一切從音樂再開始》重彈舊調，要說服影迷入場，多少需要點變奏。事實上《一奏》對影迷來說太經典，要接受《一切》始終有點障礙，因為太相似，難免比較，加上先入為主，《一切》作為後來者確實輸蝕。

前後作主要分野來自電影中的音樂類型，與前作清新的音樂相比，《一切》全起用流行曲式，並找來樂隊 Maroon 5 主音 Adam Levine 飾演樂壇新星 Dave，是女主角 Greta (Keira Knightley 飾演) 的男友，主要在電影中獻唱。Adam Levine 的[illegible]聲主流而悅耳，但就是與整齣電影格格不入，這[illegible]少引發猜想：為了讓飛上枝頭的 Dave 與電影其[illegible]角色有所區別，所以刻意將他從俗處理？

成熟愛情觀

Greta 與 Dave 的分手有點神化，當 Dave 公幹回來後，給 Greta 聽他的新歌，換來的卻是她對他的掌摑— Greta 一聽之下就知道 Dave 出了軌。離開但並未放棄，分手後 Greta 對 Dave 念念不忘，傻女般的癡情都寄情歌聲中。失戀後的 Greta 也並不是一味只怪 Dave 移情別戀，其中一句對白最叫人認同，她說，跟一個人一起必須是真心喜歡，而不是因他的名氣，不能依附對方而生存。單是這句話，可以看出導演在愛情觀上有所成長。

至於男女主角的外表並不登對，男主角 Mark Ruffalo 所飾演的 Dan 外表猶如露宿者，而 Greta 甜美中有氣質，初相遇時 Greta 對 Dan 討厭多於好感，亦有助於鋪墊出後來互相欣賞的反差。Dan 是音樂公司發掘新人的失婚漢，Greta 是具唱作天分的失戀女生，二人動手製作 Greta 首張大碟後，才互相發現對方的才華。一天二人忽發奇想，交換電話中的音樂清單，輪流播放。相比前作近乎一見鍾情的情節，這次男女主角在音樂中慢慢了解對方才漸生情愫，叫觀眾更容易產生共鳴。

吊胃口的小把戲

由獨立走到主流，導演在敘事手法上亦有所進步，不再是平鋪直述，而是加入大量插敘，補充不同視點，讓故事發展更立體。導演也很懂得吊觀眾的胃口，《一奏》時女主角在山頭的一句捷克語 Miluji tě be，連男主角在內，沒人聽懂。而是次新片中，連一句 Miluji tě be 也省掉，Greta 和 Dan 二人曾牽手曾擁抱曾做出最喜歡的音樂，對對方的心意，彼此都只用數個眼神交代。不執著不驗證不深究愛情是否來過，讓一切在最美好的時刻完結，也讓觀眾感細味當中的餘韻。這也許是導演吊觀眾胃口的拿手小把戲。Ⓟ

故事大綱

Greta 與男友 Dave 是音樂創作上的最佳夥伴，共同追求音樂理想多年，Dave 終於得到了唱片公司賞識，前往紐約發展音樂事業，一舉成名。眼前五光十色的星光大道，令 Dave 跟 Greta 的距離漸遠。飽受情傷的 Greta，一次在酒吧演唱她創作的失戀情歌，音樂天分深深迷倒了台下的潦倒唱片製作人 Dan。音樂把兩個失意的人連繫起來，在紐約展開一段令人一聽傾情的音樂故事。





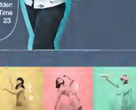
作歌、設計和 MV 都是自家出品，hand-made 更顯出他們的心思，如今次大碟以蒸籠裝着 CD，門票則是手印點心紙，認真貼題。



鼓手 **Hei Hei**

雞蛋蒸肉餅
GDJYB
2012 年成立，自稱為算術民謠組合。曾參與不同的音樂演出，如銀礦灣音樂節、山寨音樂、Big Night Out； 曾 在 Fringe Club、Hidden Agenda 等場地舉行小型音樂會。今年被 "Time Out Hong Kong Magazine" 選為城中" 23 New Rising Stars" 之一

雞蛋蒸肉餅
試食音樂



演唱會海報設計並不是用上一般的 CMYK 顏色，而是設計系色調，寓意他們四人都散發着一種屬於自己的亮麗，夾 band 就是碰撞、交流、彼此衝擊的過程。

今年大型音樂節 Clockenflap 表演名單新鮮出爐，雞蛋蒸肉餅榜上有名，一眾 indie 樂迷暗喜支持，不過他們並沒有樹大招風，反而醉心音樂默默耕耘。成立短短兩年，雞蛋蒸肉餅以算術民謠（math folk）打響旗號，以 fusion 菜比喻混雜自創的變種音樂。人人口味各異，但嚐菜如聽歌，感受過滋味，音樂態度就長留心中，歷久「嚐」新。

TEXT - LING PHOTO - FRANKY、受訪者提供 & MOMENT HUNG（表演相） DESIGN - MAVIS

Math Folk 一雞兩味

近期香港出現一種 math rock 風潮，台灣剛來港演出的大象體操，日本即將來港演出的 Toe，都是亞洲 math rock 出色表演者，雞蛋蒸肉餅是受影響才選擇 math 的嗎？主音 Soft 笑說：「一切都源自一個玩笑。從前我們一貫的音樂是傾向 folk，有天結他手 Soni 用拍子 delay 來 jam 歌，覺得 math 都幾特別，然後我就抱着一種『怕你呀？好呀，就試下做』的心態，跌跌碰碰摸出新風格。」

主音 Soft 補充，香港暫時還未有人玩 math folk，這個 category 由他們起步創造，正切合以「雞蛋蒸肉餅」作 fusion 菜的主題：「獨立樂隊講求原創，我們不是青春少艾追偶像，不是覺得別人好就照辦煮碗學習，我們追求 fusion 新音樂，希望混合不同風格 jam 出來，才顯得我們獨一無二。」他們的歌確實予人一種別樹一幟之感，時而低吟，時而高昂激烈，編曲拍子又有心思，有時結他加強了民謠韻味，其他樂器彈奏算術編曲，兩者互相交替，真是「一雞兩味」。



算術民謠
（math folk）
結他手 Soni 解釋，math folk 有別於一般的 math rock：「Math rock 偏向純音樂，結他和弦都不同，拍子結構較複雜；我們的歌則有些民謠的 chord progression，而且有人聲唱，malody 帶動音樂，再混合其他樂器。」



結他手 **Soni**

主音 Soft

港式英文

用中式地道菜做包裝，雞蛋蒸肉餅希望有本土味。大眾對如何界定本土眾說紛紜，有人說用廣東話入詞較本土，但雞蛋蒸肉餅的歌詞大部分是英文，這代表他們不本土嗎？「本土對我們來說，是有香港的味道，講香港人關心有共鳴的議題，例如觸執毛腔調很外國，但他們寫歌的主題是本地人才明白。」

語言上，雞蛋蒸肉餅比廣東話入詞走得更前，用一種港式英語 "hongish" 入詞，模仿香港人在日常對答中加插英語，又或者是千奇百怪的中譯英文，如 long time no see、I so love you 等：「港式英文比廣東話更有本土特色，如我們有首作品叫 "Double NoNo"，意思是向雙非說不；而 "Philip the Buster" 取自 Fillbuster 諧音，語言上已經充滿幽默感。」

地道 Band 名

不計音樂，單看雞蛋蒸肉餅真人，就給人一種乳臭未乾，玩味十足的感覺。以地道菜式作 band 名，也是源自「搞 gag」。「樂隊成形前，我和鼓手 Hei Hei 作了一首名為《我只係想食火鍋》的歌，全是即興玩味性質，後來構思 band 名時想以食物入手，我又喜歡吃鹹蛋蒸肉餅，便純粹搞笑說叫『雞蛋蒸肉餅』，就這樣成名了。」

用音樂喚醒人群

細味雞蛋蒸肉餅的歌時，發現歌詞都不乏社會批判性，如 "Double NoNo" 是批判自由行政策；"Burn it Down" 是講述同性戀議題，其中一句歌詞 "This is What the Beeble Say" 隱晦地指向 bible：「我們不是要找立場站，而是想用音樂想喚醒舞照跳、馬照跑的香港人，香港已經變質，如此簡單。」

幾首歌都是以詞表達關心社會的訊息，那樂隊會否側重作詞多於樂曲？「由包裝、入詞到編曲，平衡才是最重要，希望做到的還是 math folk。我們不怕被 label，只是希望選擇一個自己喜愛的 label，朝那方向進發。」堅持獨立，未想過簽唱片公司，是雞蛋蒸肉餅暫時去向；面對再多困難，只要有火，這味餸只會愈煮愈旺盛和入味。Ⓟ





他們愛用食比喻為音樂創作，源自樂迷反應。推出新歌時，在 facebook 問樂迷聽了新歌沒有，樂迷反答 「吃了！」因此將音樂會改名為「試食會」。



"Double NoNo" 是雞蛋蒸肉餅成名作，MV 由鼓手 Hei Hei 一手包辦。

低音結他手 YY

全女班

雞蛋蒸肉餅是少見的清一色全女班，問她們造出來的音樂會否較「女性」？低音結他手 YY 問道：「拍子不準有關嗎？」主音 Soft 頑皮地插嘴：「那是練習問題，跟性別無關。」YY 想了一想說：「應該是跟生活習慣和潔癖有關，你看我們的 band 房整潔多了，沒煙味，而且我們不會粗口橫飛，不會直接『問候』對方。」

GDJYB 雞蛋蒸肉餅《免收加一》翻翻蓋試食會
日期：9 月 6 日
時間：20:00
地點：西灣河聖十字徑 2 號西灣河蒲吧



FILM



《轟天猛將 3》"The Expendables 3"

由巴利領軍的特種傭僱部隊，今次面對前所未有的挑戰。對手竟是當年與巴利一起成立部隊的石塲。成為不擇手段軍火商的石墻，與巴利首度交鋒險死還生，決定不惜一切摧毀巴利的特種部隊。面對最大強敵，巴利重整戰略，以新血迎戰舊仇，招募更年青、更敏捷，更擅長新科技的新人加入，展開一場新舊戰術對決生死鬥。

導演： Patrick Hughes
主演： Sylvester Stallone, Jason Statham, Antonio Banderas, Jet Li



《一生一世》

北京，七十年代。安然和趙永遠自六歲起便認識。兩人來自不同的家庭，卻有著相似的際遇，他們兩小無猜、相伴相隨中孕育出溫情。紐約，九十年代。一個人來到美國的安然，每天都為理想打拼，常常感到孤獨和迷茫。就在此時趙永遠突然出現，平靜的生活終被打破，兩人難捨難分，無法割捨對彼此的情感。但試問誰又有勇氣改變命運？誰又能想到接下來又有甚麼事情發生？

導演： 郝傑
主演： 謝霆鋒、高圓圓、佟大為

BOOK



《尋花——香港原生植物手札》

香港四分之三面積都是綠地，現記載了二千多種原生植物，有些更是香港特有的新種，從前未在其他地方有記錄。這些在香港首次被發現及記錄的植物，只要我們踏出家門，走路上山便能看到。作者透過文字和畫作，向讀者呈現這個繽紛絢麗的植物世界，藉著撰寫此書，回饋帶給她無窮快樂的自然山水。其實這個美麗的植物世界近在咫尺，只要我們有心，便可發現。

作者： 葉曉文
出版： 三聯（香港）

MUSIC

"V" by Maroon 5



此碟融入 reggae 節奏，極受樂迷注目；另外亦精彩把玩 Michael Jackson 動感節奏，潮團 Deft Punk 電音律動感的亢奮舞曲 'Feelings'，同樣讓樂迷大叫過癮。新專輯既捕捉了 Maroon 5 早期的風采，同時也呈現近年叱吒流行樂壇的魅力，帶領樂迷走進搖滾新篇章。

DVD



《小三大聯盟》"The Other Woman"

火辣女律師卡莉決定卸下「情場交際花」的封號，專一地對待新男友馬克，沒想到對方原來已為人夫，自己竟淪為「小三」，並與「大婆」凱特碰個正著。她倆把心一橫決定化悲憤為力量，聯手出陰招反擊好色負心男，卻沒想到劇情變本加厲，給她們再發現爛滾衰公暗唔另一人間胸器：「小四」安芭！三個女人忍無可忍，銳意連成一線，展開史上最爆笑及強勁的復仇大計。

TV



《洗腦大師》"The Mind Control Freaks"

全新原創系列節目《洗腦大師》四位主持人包括思想控制大師 Alexis Conran、世界級撲克牌玩家 Liv Boeree、讀心術專家 Lewis LeVa，以及近距離魔術師 Pete Werdell。節目中巧妙運用心理學技巧和高超的思想操控手法，讓不知情的途人做出原本做不到或不願意做的事。其實每個人都有能力學會如何影響別人，甚至成為思想操控大師。

首播： 9月10日（逢星期三　晚上8時）
頻道： Discovery頻道（有線電視53台、now寬頻電視209台及bbTV 313台）

JCB x 專業旅運 大阪自由行套票優惠

即日至 9 月 14 日憑 JCB 卡於專業旅運選購指定大阪套票，每位旅客同時可享免費日本環球影城®成人環球入場券一張、套票即減 $300、免費日本環球影城®爆谷換領券 1 張，及 Smco chu 精美購物袋換領券 1 張。另外，憑 JCB 卡於惠顧和民或和亭，消費每滿 $150，即可獲贈 $40 晚市現金優惠券一張。



森田藥粧「面膜傳奇」

森田藥粧今年首次成為 2014 香港小姐競選大會指定專用護膚面膜，把「面膜傳奇」帶給各參選佳麗。森田藥粧特別於早前舉行「森田藥粧『面膜傳奇』此刻美麗盛放」，請來森田藥粧執行長兼首席研發顧問周俊旭醫學博士出席，與 16 位應屆候選佳麗分享面膜護膚心得。

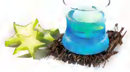


荷里活廣場「迎月雞尾酒派對」

鑽石山荷里活廣場將舉行由調酒高手坐陣的「迎月雞尾酒派對」，以應節水果破格地調製出 4 款創新的中秋限定雞尾酒特飲，讓口味清新的雞尾酒中和月餅的甜膩感，大家更可即場跟調酒達人學習創作一杯迎月美酒。另外，更可欣賞荷里活廣場與香港調酒學校攜手合作舉辦的「第六屆香港調酒師大賽」總決賽。

日期：9 月 7 日
時間： 17:30
地點：鑽石山荷里活廣場一樓明星廣場







中銀信用卡惠康購物優惠

中銀信用卡呈獻超市購物優惠，兼賞中秋節日禮遇。即日至 9 月 30 日，憑中銀信用卡 / 聯營卡於全港惠康超級市場、Market Place by Jasons、Jasons Food & Living、ThreeSixty、Oliver's the Delicatessen 或經「惠康為您送」、Market Place by Jasons 網上品味超市購物，單一簽賬滿 $500，即減 $40，無須登記，不設上限。

查詢： 2108 3288
網址： www.bocl.com.hk

香港人壽 x 匡智會 共融創作壁畫樂

香港人壽與匡智會於 8 月 9 日合辦義工活動「共融創作壁畫樂」，鼓勵員工及其家庭成員積極參與社區服務，讓他們親身了解社會上弱勢社群的需要，建立一顆樂於助人的善心。32 位香港人壽太陽花義工隊成員於過程中充分了解到智障人士的天賦和能力，並全力協助他們發揮所長，為活動增添非凡意義。



沖繩夏季營銷活動

活動期間，於沖繩縣內刷銀聯卡消費總額滿 5,000 日元，即可獲得一次抽獎機會，大獎價值 10 萬日元。同時還可於那霸機場 Information Center、國際通大道觀光協會信息中心（てんぶす館）、沖繩 Ashibinaa 詢問中心以及那霸市內旅遊景點部分酒店等公共設施免費領取精緻沖繩旅行指南。



日期：即日至 10 月 31 日
地點：沖繩縣全境
網址： www.unionpayintl.com/column/zh/card/asia/Japan/index shtml



DESIGN MART 2014 @ K11

香港設計中心與 K11 購物藝術館將於 9 月 26 日至 28 日舉辦"DESIGN MART 2014 @ K11"，期間將舉行三場設計工作坊，分別是「土耳其大理石浮紋水畫工作坊」、「『飲茶』點心蠟燭工作坊」和「瓶中森林創作坊」。有興趣參與人士可以個人或親子組合形式報名，9 月 12 日前報名可享折扣優惠。



查詢：3696 6997
網址：www.designmart.hk.



愉景新城獲評為「全港最佳育嬰室服務商場」

愉景新城購物商場設有多項五星級育嬰設備，貼心照顧母嬰需要。根據新世紀論壇今年 8 月份公佈的調查報告，愉景新城獲評分最高，成為全港擁有最佳育嬰室服務的商場。在育嬰室內部環境一項評分，愉景新城因設有獨立育嬰室，取得該項滿分 9 分成績，切合媽媽和小朋友的需要提供貼心舒適的購物體驗。

（廣告）

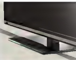


全新地捫低糖蘆薈

地捫低糖蘆薈配搭出各式健康沙律、甜品和消暑特飲，蘆薈含有豐富的營養價值，包括胺基酸，維他命等，健康又美味。即日至9月25日，凡購買地捫低糖蘆薈，或加任何地捫包裝產品滿 $30，即有機會贏取價值 $ 1,490 的 LG 無線流動相片打印機，名額兩個，或價值 $200 的超市購物禮券，名額 10 個。

查詢：3698 1653
facebook：delmonte hk

Metz 電視
糅合極致工藝美學



致力於尊貴時尚潮流產品的興華拓展有限公司推出 4 款 Metz 全新電視產品 Solea、Clarea、Pureo 及 New Primus，以令人驚歎的高清視頻性能、聲音效果及時尚外形為賣點，硬件和預設功能不但具備頂級水平，亦多了一份歐洲人對影音設備與科技的執著。

地址：尖沙咀梳士巴利道 3 號星光行 3 樓 304-306 號舖興華旗艦店
營業時間：11:00 –20 00
查詢：3101 0228



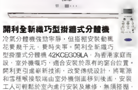


信興無線顯示系統

信興電器服務中心設有專責部門，專門為店舖設計及安裝無線顯示系統，以先進的 Wi-Fi 無線技術突破空間界限，將客戶的推廣訊息傳送到全店的顯示屏及 kiosk 設備，用文字，聲音，圖像或影片吸引目標顧客，提升品牌形像。系統除了操作簡易外，客戶更可即時更改推廣訊息內容，大幅節省行政成本。



查詢：2400 6545



開利全新纖巧型掛牆式分體機

冷氣分體機強勁寧靜，但搭棚安裝動輒花費幾千元，費時失事。開利全新纖巧型掛牆式分體機 42KCEG09LA，為香港家庭而設，室外機纖巧，適合安裝於原有的窗台位置。開利更引進嶄新技術，改變傳統設計，將電源和雪種喉接駁端由室外機側面移到後面，安裝工人可輕鬆於室內進行安裝及維修，無須搭棚，安全省時。

銷售點：各大連鎖店及電器零售店

GARMIN Approach® S6 高爾夫球 GPS 腕錶

全球衛星導航領導品牌 Garmin 聯同恆鋒數碼 Cam2，於亞太區首度發行全新高爾夫球 GPS 腕錶 Approach® S6。熱愛高爾夫球的朋友不用再猜測擊球距離，每一場球賽都能夠發揮得淋漓盡致，掌握各球場的擊球優勢，享受高爾夫球的極致樂趣。產品已在 Cam2 港九新界各分店獨家發售。

AV Life 國際金融中心分店　引入超高清電視

AV Life 高清屏幕電視及音響產品專門店不斷創新，請來了著名設計師 Brian Tang 將位於中環國際金融中心分店進行全新裝潢，設計極具時代感及空間感。另外，AV Life 為消費者引入全球最大三星 110 吋 UHD 超高清電視 UA110S9，解像度高出全高清電視四倍，為消費者帶來劃時代的科技，提升智能生活水平。

地址：中環港景街 1 號國際金融中心商場 2 樓 2002-2003 號店
營業時間：10 00 - 20 30
查詢：2295 3398





Recharge® yourself
席夢思夏日好眠

席夢思®百多年來不斷研發優質床褥，獨立袋裝彈簧設計順應人體曲線，提供恰到好處的承托，減低睡眠周期受干擾的機會，更配合多款優質物料及設計，締造無中斷的熟睡享受。即日起於 6 間席夢思店、各大百貨公司專櫃及特約經銷商選購指定席夢思®床褥，即可獲贈意大利製造 TRUSSARDI 優質沙灘巾一條。

銷售點：席夢思店，各大百貨公司專櫃及特約經銷商
查詢：2378 4848
網址：simmons hk/eshop
facebook：simmonshk





港灣豪庭廣場
「中秋登月歷險記大抽獎」

顧客凡於推廣期內，於港灣豪庭廣場消費滿 $100 即可參加抽獎，有機會贏取5日3夜澳州墨爾本熱氣球之旅連雙人來回機票、住宿套票及熱氣球之旅套票。另外更送出多款最新智能產品包括 Panasonic 42 吋 LED iDTV，Samsung GALAXY S5 智能手機及 Apple iPad Air Wi-Fi 16G 平板電腦等。

日期：即日至 9 月 14 日
時間：10:00 – 22:00
地點：大角咀福利街 8 號港灣豪庭廣場


香港話劇團
HONG KONG REPERTORY THEATRE
since 1977
委約研究機構
香港教育學院
支持機構
民政事務局
教育局
名譽贊助人
梁愛詩GBM太平紳士
全港幼師專業戲劇培訓計劃
(第二階段招募)
截止日期：
30.9.2014
費用全免
計劃特色
由香港話劇團專業戲劇導師授課，讓幼師掌握如何運用戲劇元素豐富教與學。
課程內容可用於實際教學環境，達到理論與實踐並重的效果。
獲教育局及民政事務局全力支持，並委約香港教育學院為課程研究機構
出席率達八成或以上，可獲頒發證書。
培訓地區及時段任擇，配合幼師個人需要。
部分活動場地提供：
市區重建局
URBAN RENEWAL AUTHORITY